P.V. MARCHESSEAU
BIOLOGISTE

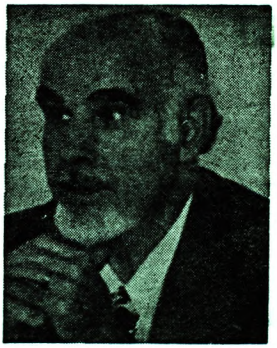
Premiers troubles premiers secours

Comment agir, être utile et ne pas nuire

LIVRET N° 48

Tome II (de I à Z)

Edité par l'auteur :
26, rue d'Enghien - 75010 PARIS
Collection : « Les petits précis de l'Humanisme Biologique »



Ouvrages

de perfectionnement humain
du biologiste **P.V. MARCHESSEAU**

Pour recevoir la **liste complète** de tous les ouvrages de l'auteur, édités à ce jour, prière de demander à nos bureaux **(F.F.N., 26, rue d'Enghien, 75010 Paris)**, le « dépliant » mentionnant les titres et les conditions d'expédition.

(Joindre enveloppe timbrée 2 F, et portant votre **adresse lisible**).

N.B. — Une documentation sur les numéros de la revue : « **La Vérité** », encore disponibles, sera adressée par la même occasion.

— Spécimen contre 10 francs (timbres).

Pour adhérer à la « **Fédération Française de Naturopathie** » et à l' « **Institut d'Humanisme Biologique** », faire la même démarche.

— Demandez le bulletin d'inscription.

« Les **soins** à donner au corps pour **se protéger des maladies sont simples.** Ce sont les hommes qui, par **magie** ou **stupidité,** compliquent tout. »

P.M.

PREMIERS TROUBLES
PREMIERS SECOURS

par le biologiste **P.V. MARCHESSEAU**

Tome II (de I à Z)

« **La médecine par les drogues** a fait le malheur de millions d'individus pendant des millénaires. **Sorciers, guérisseurs, médecins** sont de la même trempe : **ils ne soignent pas la cause.** Ils sont à côté du problème de la Vraie Santé. »

P.M.

N.B. — Copyright by P.-V. MARCHESSEAU - 1981

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction réservés pour tous les pays, y compris l'U.R.S.S.

La loi du 11 mars 1957 interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toutes représentation ou reproduction intégrales ou partielles faites par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code Pénal.

« Si chacun savait régler **hygiéniquement** son existence, dès que se manifestent les **troubles d'alarme** (allergies) et les **troubles réactionnels d'auto-défense émonctorielle** (pseudo-maladies), il n'y aurait plus de **maladies dégénératives** (lésionnelles), **authentiques, contre lesquelles personne ne peut rien.** »

P.M.

INTRODUCTION

● **Ce livret est le « Tome II »** (de I à Z), **qui fait suite au livret « Tome I »** (de A à H). **Ces deux livrets ont pour numéro respectif, dans notre collection :** le **45** et le **48.**

Ce présent tome achève, donc, **le petit dictionnaire médico-hygiénique** que nous avons entrepris de vous présenter. Tout n'y est pas dit ; et le lecteur intéressé doit se procurer les autres livrets déjà parus, qui complètent l'enseignement donné dans cette collection des **« Petits Précis de l'Humanisme Biologique ».**

Au cas où un lecteur achèterait, isolément, ce **« Tome II »**, nous l'invitons à se procurer le **« Tome I »** qui le précède et sans lequel ce « dictionnaire » pratique reste incomplet.

Vous savez, d'autre part, notre position à l'égard de la **Médecine** (chimique) ; elle ne vaut que pour l'urgence : **situation exceptionnelle, accidentelle ou de survie** (grande douleur, émonctoires « fermés », débordement microbien). En dehors de ces cas, la **médecine naturelle** peut aider avec toutes ces techniques (10), mais **l'hygiène vitale, physiologique, avec ses grandes règles d'alimentation,** de **désénervation** et de **musculation, reste la grande maîtresse à laquelle il faut faire une confiance totale.**

P.M.

● **ICTERES** (jaunisses)). — **Coloration jaune de la peau, due au passage de la bile dans le sang pour diverses raisons** (calculs dans le canal hépatique, ou congestion du foie).

L'ictère par hémolyse du nouveau-né (3e jour) évolue vite vers la guérison ; **cependant l'ictère du nouveau-né** (dans les heures qui suivent la naissance) est **très grave** (la mère est d'un groupe sanguin différent de celui de l'enfant ; et son sang, ayant traversé le placenta, a attaqué celui de l'enfant).

N.B. — La **jaunisse** se soigne par le **jeûne hydrique** à l'eau citronnée, et le repos au lit. Les **calculs** peuvent être éliminés par des purges huileuses douces. Rarement, l'intervention chirurgicale est nécessaire.

N.B. — Voir notre livret : **« Foie et vésicule biliaire ».**

● **IMPETIGO.** — **Affection cutanée, fréquente chez l'enfant.** Bulles et pustules qui s'achèvent en **croûtes.**

N.B. — Bien savonner la peau, matin et soir ; attouchements des lésions à l'**alcool camphrée pure,** et régime hypotoxique.

● **INFARCTUS (asphyxie du muscle cardiaque par thrombose des coronaires).**

Les symptômes sont : douleurs, vomissements, fièvre, collapsus. Les complications sont nombreuses ; et les conséquences, graves.

N.B. — Les soins d'urgence comportent **sédatifs** et **oxygène.** Tout le reste est dangereux (nitrites, corticoïdes, noradrénaline).

Soins naturels : repos, jeûne, puis régime et exercices progressifs pour « revasculariser » le muscle cardiaque (soins longs et méticuleux).

● **INFECTION ET INFLAMMATION.** — **L'infection** est l'invasion d'un organisme par un agent étranger (virus, microbe ou parasite). **L'inflammation** est le phénomène **d'auto-défense** (apport de sang, formation du pus, et abcès) face à une **infection** ou à une maladie ordinaire.

N.B. — **L'abcès de fixation** (injection sous-cutanée d'essence de térébenthine) a été longtemps le moyen héroïque pour aider à la guérison **de nombreuses maladies du type inflammatoire.**

● **INSOLATION (trouble occasionné par une exposition prolongée au soleil).** Signes : vaso-dilatation, céphalées, vertiges et parfois perte de connaissance. On a pu observer des **hémorragies méningées** (avec coma convulsif).

N.B. — Allonger le sujet, à l'ombre ; asperger la tête à l'eau froide ; vessie de glace sur le cuir chevelu (envelopper la vessie avec un linge). Faire boire doucement le sujet (eau citronnée). Pas d'alcool.

● **INTOXICATION (empoisonnement par contact, inhalation ou déglutition d'une substance toxique).**

Les produits chimiques particulièrement dangereux sont : les **anilines,** l'**arsenic,** les bromures et chlorures de **méthyle,** le **mercure,** le **phénol,** le **plomb,** et le sulfure de **carbone ;** les **aliments toxiques** qui doivent retenir l'attention sont : les **champignons,** les **conserves,** l'**alcool** et les **pâtisseries avariées.**

Enfin, tous les **médicaments** sont à mettre sur la liste (les deux tiers des intoxications sont de leur fait).

N.B. — Les soins comportent trois temps : essai pour **éliminer le produit** incriminé ; administration d'**antidotes,** et **traitement général** pour revitaliser le sujet.

Tous ces soins relèvent des méthodes d'urgence.

● **KERATITES. — Inflammation de la cornée (membrane transparente de l'œil), souvent avec Iritis** et **conjonctivite.** Les signes sont : larmoiement, douleur à la lumière (photophobie), impression d'un corps étranger dans l'œil, et baisse de l'acuité visuelle.

Les **kératites superficielles** (par zones) sont ponctuées de fines taches ou ramifiées. L'herpès est responsable dans la plupart des cas. Les corticoïdes aggravent les kératites herpétiques.

Les **kératites profondes** (complications des premières) laissent des **séquelles** (lésions irréversibles), sous forme d'**astigmatisme** et d'**opacification.**

Les traitements officiels sont à base d'antibiotiques et de sulfamides.

N.B. — Les **sudations** de la tête (et mieux du corps entier) sont conseillées en Soins Naturels (**1 bain,** deux fois par jour). Le **régime monodiététique** sera à base de **bouillies de légumes aqueux** (pas de produits azotés). Enfin, des frictions de sourcils à **l'eau sédative** pure (matin et soir) compléteront le programme.

● **KYSTE. — Inflammation et obturation du canal excréteur d'une glande (qui enfle démesurément).** C'est, donc, une poche ou une tumeur bénigne contenant un liquide. Les kystes peuvent se compliquer par **torsion, infection** et **compression.**

Les **kystes synoviales** sont les plus fréquents. On distingue, encore, des **kystes ovariens,** des **kystes dermoïdes** (cuir chevelu), des **kystes pulmonaires** (pleins d'air et non de liquide), et des **kystes pleuro-péricardiques.**

Officiellement, l'ablation chirurgicale est le seul traitement envisagé.

N.B. — Suivant leur localisation, certains kystes peuvent disparaître (ceux des **poignets** par compression douce et immobilisation ; ceux des ovaires, par **jeûnes secs** courts et répétés ; et ceux du **cuir chevelu** par des onctions aux essences de lavande).

● **LARYNGITE. — Inflammation du larynx, avec ralentissement du rythme respiratoire.**

— Chez les jeunes, **avant 2 ans,** la laryngite est souvent **sous-glottique,** et impose la respiration sous oxygène, les compresses chaudes et humides sur le cou, et une thérapeutique à base de corticoïdes (dans les cas graves = intubation trachéale, ou trachéotomie d'urgence) ;

— **Après 2 ans,** la laryngite peut prendre la forme **diphtérique ;** enfin, vers 5 ans, la laryngite apparaît souvent sous l'aspect **striduleux** (état de rhume). Les végétations sont tenues pour responsables.

Traitement officiel (V. Diphtérie). Dans les cas bénins, compresses chaudes et humides sur le cou, position assise dans le lit, et ablation des végétations.

N.B. — En **Soins Naturels** et dans toutes les inflammations de la gorge, faire la cure au **chlorure de magnésium (Delbet** et **Neveu)** dès les premiers troubles. Ajouter, bains de pieds chauds, **sinapisés** (15 m le soir avant le lit) ; les cataplasmes **d'argile** (chauds) d'une manière continue sur le cou, et quelques jours de jeûne à l'eau citronnée.

● **LEPRE. — Maladie, strictement humaine, dite « infectieuse » avec manifestations cutanées et nerveuses.** L'évolution en est lente et par poussées successives (parfois plus de 5 ans). Il existe, encore, 15 millions de lépreux dans le monde. **La maladie a disparu partout où les conditions de l'hygiène moderne ont pu être appliquées.**

La maladie n'est pas **héréditaire,** disent les officiels, mais la contagion par la **peau** et le **nez** est la voie de la transmission. Les jeunes enfants sont plus réceptifs. Les signes du début sont : fièvre, saignement du nez, éruption cutanée et anesthésie d'une région corporelle (perte de sensibilité). Plus tard, viennent les **ulcérations** (cornée de l'œil, peau, chute des ongles, et **hypertrophie de l'oreille).**

Le bacille de la lèpre (b. de Hansen) est voisin de celui de la tuberculose (b. de Koch), aussi vaccine-t-on les enfants avec le **B.C.G.** (vaccin anti-tuberculeux) pour les protéger de la lèpre (notamment au Vénézuéla) mais les résultats sont mal connus. Le traitement classique est à base de **sulfones** (qui stoppent l'évolution de la maladie).

N.B. — La médecine naturelle propose les **bains de sudation** (étuve sèche) ; les **essences aromatiques** en onction ; le **régime** hypo-toxique (fruits, légumes verts crus et cuits et un peu de fromage blanc maigre) ; badigeonnage des lésions avec une solution **de bleu de méthylène ;** et doses élevées de **pollen** (1 c. à café par jour), en association avec des **peroxydases.**

● **LEUCORRHEE. — Ecoulement par la vulve d'un liquide (blanc ou jaune) ; terme habituel : pertes blanches.** On doit distinguer les **leucorrhées cycliques,** qui se manifestent à certaines époques du cycle hormonal (gelée ressemblant à du blanc d'œuf) et les **leucorrhées pathologiques** (anormales).

Ces dernières sont produites, suivant les officiels, par un parasite flagellé (le « trichomonas ») ou par un **champignon microscopique** (candidat ou muguet). Les désinfections antimicrobiennes classiques sont, dans cette optique, fortement conseillées. Résultats discutables, récidives, et sclérose des muqueuses (vaginites).

N.B. — Pour l'hygiéniste, les pertes vaginales sont une manifestation de l'élimination émonctorielle. L'utérus et le vagin suppléent aux défaillances des émonctoires **colloïdaux : peau, poumons,** et **foie** (avec sa vésicule biliaire et son intestin), lorsque les **surcharges** colloïdales du sang et de la lymphe dépassent le niveau de sécurité (excès d'aliments **carbonés :** pain, farines, pâtes, etc.).

Un simple réglage alimentaire avec **réduction des amidons,** avec stimulation du circuit « foie, vésicule, intestin » par des **plantes laxatives** (hépatites, cholagogues et péristaltiques), suffisent à stopper définitivement les leucorrhées et leurs bacilles. Quelques bouchons d'ouate (parfumée à l'essence de lavande), introduits dans le vagin (matin et soir) après les soins d'hygiène avec un savon liquide **Ph. acide,** complètent le traitement.

● **LEUCOSES** (ou leucémies). — **Maladie de la moelle productrice de globules blancs.** Origine officiellement inconnue ; traitements imparfaits ; et suite mortelle.

La maladie se caractérise par une **progression massive** de globules blancs (d'où le nom donné de **cancer du sang**).

On distingue les **leucoses aiguës** (les plus graves). Elles frappent essentiellement les enfants et les jeunes adultes (fièvre, et hémorragies profuses, avec **adénopathies** ou inflammation des ganglions et **rate** volumineuse). Les rémissions obtenues par antibiotiques, transfusions et cortisone permettent de prolonger la vie, **pendant quelques mois, mais l'évolution rapide vers la mort est la règle.**

Les « leucoses » sont des maladies dégénératives authentiques de la **moelle.** Elles témoignent d'une **usure** ou d'un vieillissement de la **race.** Aucun médicament ne peut s'opposer à ce phénomène. Seules, des règles d'hygiène vitale, à l'adresse des **géniteurs,** peuvent éviter qu'il se produise. Et encore faut-il savoir ce qu'on entend par **hygiène vitale.**

Les **leucoses chroniques** (maladies des adultes) ne doivent pas être confondues avec les précédentes. Elles atteignent soit les leucocytes granuleux de la moelle (d'où leur nom : **leucoses myéloïdes**), soit les ganglions (d'où **leucoses lymphoïdes).**

Les « myéloïdes » évoluent très lentement (avec énorme rate). Seule une ponction osseuse permet de faire la preuve de la maladie. **Evolution mortelle en quelques années.**

La radiothérapie fait fondre la rate, mais les rayons ionisants contribuent à détériorer le peu de santé du malade (même remarque pour le traitement à base de « moutarde à l'azote »).

Les « lymphoïdes » (caractérisées par de gros ganglions) évoluent d'une manière moins dramatique ; **les malades — même non traités — continuent à se bien porter.** L'analyse du sang révèle des quantités anormales de lymphocytes. Mais s'il ne survient aucune complication (anémies hémolytiques, thromboses veineuses, surinfection, etc.) la vie se poursuit **normalement,** avec des améliorations rythmiques de la formule sanguine (laissant croire aux « remèdes-miracles » des charlatans : guérisseurs ou médecins).

Il existe, encore, des **leucoses rares,** avec cellules blanches spéciales (monocytes et plasmocytes, dont le rôle est inconnu). Souvent, elles s'accompagnent de tumeurs osseuses (maladie de **Kahler**).

N.B. — Ces maladies ne relèvent pas de l'hygiène naturelle (naturopathie). Cependant les **leucémiques,** dont le mal évolue lentement, ont intérêt à suivre nos règles de vie, surtout sur le **plan alimentaire** (n'oublions pas qu'une **leucémie digestive** se manifeste presque toujours après un **repas classique et abondant**).

Lire notre livret : **Cancer et Alimentation.**

● **LITHIASE BILIAIRE (formation de boues, de calculs ou de pierres dans la vésicule).** 15 % des adultes en sont porteurs, mais ne ressentent aucun trouble.

Ces calculs proviennent du **cholestérol** (calcul urique et transparent) ou de la précipitation de bilirubinate de calcium (calculs multiples et opaques). Le diagnostic repose surtout sur la radiographie.

Les signes cliniques sont divers : **crises aiguës** (coliques hépatiques) après un repas abondant et riche en matières grasses, avec douleurs à droite sous les fausses côtes, et irradiant jusque dans l'épaule ; **vomissements, fièvre, jaunisse légère, troubles digestifs** (crises de foie), **brûlures d'estomac,** parfois **diarrhées,** etc.

Certaines **complications peuvent survenir :** cholécystites purulentes, phlébites de la veine-porte, nécrose du pancréas, cirrhose biliaire, occlusion intestinale, etc.

Parfois la vésicule se « calcifie ». **Mais la complication la plus courante est la migration du calcul** dans le canal **cholédogue** (d'où obstruction et ictère ou jaunisse).

Les soins officiels se bornent au régime, aux calmants et à l'ablation de la vésicule.

N.B. — Les naturopathes disposent, en dehors du **régime hypotoxique** (ou du **jeûne,** parfois conseillé), de divers moyens pour réduire les calculs et expulser les boues et les graviers (compresses chaudes, purgations aux huiles). Les résultats dépendent **du volume des calculs** et de la **préparation** à l'expulsion (cure préalable d'une quinzaine de jours).

Lire notre livret : **Foie et vésicule biliaire.**

● **LITHIASE RENALE (accumulation dans le bassinet de cristaux habituellement dissous dans l'urine).**

Les cristaux (ou calculs) peuvent être des **urates,** des **phosphates,** des **carbonates** ou des **oxalates** (tous issus de divers **acides,** combinés avec des bases : **calcium, magnésium, sodium** ou **soude,** etc.). Certaines précipitations sont le fait de **médicaments** (tels les sulfamides).

Ce phénomène (calculose) est mal défini par les traités officiels. Les « phosphates » sont les plus fréquents (45 % des cas). La calculose est rarement **bilatérale** (10 %).

Les calculs, parfois énormes, sont souvent bien tolérés ; mais lorsqu'ils s'engagent dans les uretères, ils provoquent des **douleurs** (coliques néphrétiques) avec irradiation vers le pli de l'aine, angoisse, sueurs froides et vomissements. On note, parfois, des **urines sanglantes** (hématuries). Le diagnostic n'est affirmé que sur radiographie, pas toujours facile à interpréter. Les complications sont la **déformation du bassinet** (avec lésion et infection), et le **blocage** de l'urètre. La dilatation du rein par suite de ces accidents s'appelle **l'hydraphose.** Les **secousses** peuvent en être la cause occasionnelle.

Les traitements médicaux sont sans effet, en dehors des **calmants** et des **antispasmodiques.** L'ablation chirurgicale des calculs dans le **bassinet,** l'**uretère** ou la **vessie** sont la solution proposée.

N.B. — Les soins naturels reposent sur la **cure citrique** (1 jus ou 2 de citron au réveil, sans rien d'autre jusqu'à midi — pendant 21 jours — à répéter une fois par mois pendant 6 mois).

Autre cure : l'assaut liquide de **Volhard ;** jeûne sec de 3 jours, et suivi le 4e jour d'un jeûne hydrique intense (boire 4 litres d'**eau distillé** — méthode **Hanisch**).

Plante conseillée : aubier de tilleul sauvage en boisson.
Régime : dissociation alimentaire **(Shelton).**

● **LUMBAGO. — Douleur et lésion de la charnière osseuse lombaire.** Maladie dégénérative **discale** de la colonne (arthrite et arthrose vertébrale ; spondyloarthrite ankylosante ; rhumatisme vertébral ; sciatique). Le siège se situe, le plus souvent, au niveau des **5e et 4e lombaires,** ou des articulations **sacro-iliaques.**

Il y a des affections non vertébrales à retentissement lombaire : infarctus pulmonaire, affection du côlon, etc.

N.B. — L'hygiène vitale est basée sur les méthodes naturelles luttant contre le **rhumatisme,** en général.

Régime peu azoté, **bains supercaloriques,** et **boissons diurétiques** (plantes). Adjoindre gymnastique **générale** (grand air) et **locale** (intéressant la zone lésée, mais toujours avec douceur et progression).

● **MAIGREUR** (étisie). — **Absence de réserves graisseuses et fonte musculaire.** La sous-nutrition est souvent incriminée. On administre, alors, des **protéines** et des **vitamines B 12.** Mais les résultats obtenus sont souvent médiocres et sans lendemain.

N.B. — Le problème, pour l'hygiéniste, est au contraire d'établir un **régime léger** (fruits, légumes aqueux crus et cuits, fromage blanc maigre et œuf à la coque, avec un peu de riz, de pommes de terre (au four) et quelques biscottes complètes. Puis de veiller aux digestions et éliminations du sujet. Les stimuler avec des **plantes,** si besoin. **Enfin musculation quotidienne aux poids moyens** (sans effort, et très progressive). Lire notre livret : **« Culture Physique de l'Homme ».**

● **MASTURBATION. — Autostimulation des organes sexuels pour obtenir un orgasme solitaire.** Filles et garçons, au cours de l'enfance et de l'adolescence, s'y livrent, en général. On attribuait, autrefois, un rôle **néfaste** à cette pratique juvénile (cause, disait-on, de troubles mentaux, de névrose, de fatigue nerveuse et d'épuisement intellectuel). **Freud** a défendu cette thèse en affirmant que la **psychasthénie** et la **neurasthénie** étaient le fait d'une **décharge libidinale qualitativement anormale** (mais quantitativement normale).

N.B. — La **masturbation** des jeunes n'a aucune conséquence dangereuse ni sur le plan physiologique ni sur le plan psychologique. Seul, **l'abus** pourrait entraîner une certaine fatigue.

Par contre, chez l'adulte, pratiquée d'une manière habituelle, elle signale un état de déséquilibre nerveux, de névrose, et d'immaturité sexuelle.

Elle peut être la marque de débilité, de démence ou d'intoxication.

● **MENINGITE.** — **Inflammation des enveloppes du cerveau.** Elles peuvent être **isolées,** ou **associées** à des lésions du **cerveau** (méningo-encéphalites) ou de la **moelle** (méningomyélites). On distingue les **méningites purulentes** (méningites cérébro-spinales) dues à des **bacilles** (méningocoques), avec fièvre, vomissements, douleurs généralisées, et purpura.

Les sulfamides et antibiotiques en sont les remèdes modernes, mais ils n'évitent pas toujours les séquelles.

D'autres germes (colibacilles, gonocoques, streptocoques, staphylocoques) peuvent encore être à l'origine d'une méningite. Traitement plus difficile. Enfin, il existe des **méningites à liquide clair** (méningites à virus et tuberculeuses). Ces maladies sont graves mais la mortalité en est réduite par la médication moderne.

N.B. — Ces affections relèvent, avant tout, de la médecine allopathique d'urgence.

● **MENSTRUATION** (règles). — **Elimination sanglante et périorique de la muqueuse qui tapisse la cavité utérine (afin d'éliminer l'ovule non fécondé).** On appelle **cycle menstruel** l'intervalle entre deux menstruations. Les cycles se succèdent normalement jusqu'à la **ménopause** (située vers 50 ans). Ils débutent vers **13 ans** chez les filles « précoces » et vers **16 ans** chez les « tardives ».

Les cycles s'interrompent pendant la **grossesse** et se rétablissent environ 3 mois après l'**accouchement** (plus tard, en cas **d'allaitement**).

Les cycles, suivant les sujets, durent de **24 à 35 jours.** Certaines femmes, très rares, sont réglées tous les **40 jours.**

La durée des **règles** (menstrues ou perte de sang) est en moyenne de 3 à 4 jours. La quantité de sang perdue est de l'ordre de 200 à 400 grs. Plus la femme est **surchardée** en résidus métaboliques (principalement en résidus **colloïdaux**), plus longues sont les **règles** et plus abondantes sont les pertes sanguines. Les femmes très saines, qui suivent nos méthodes d'hygiène, ont des **règles discrètes.**

Une hormone règle le développement de la muqueuse utérine. Elle est secrétée par les follicules des ovaires. La suppression des ovaires arrête le cycle menstruel. La femme « castrée » par opération est une femme ménopausée artificiellement. Une seconde hormone (progestérone), secrétée par le **corps jaune** (qui apparaît après la rupture du follécule et ponte de l'ovule), contribue à préparer la **muqueuse** à fixer **l'ovule fécondée.**

La commande de toutes ces interventions est assurée par **l'hypophyse** (qui secrète des **hormones sexuelles** ou gonatropes).

Les anomalies des règles sont les suivantes :

1) **Aménorrhée** (ou arrêt des règles). Les **causes** sont : grossesse, ménopause, anémie, tuberculose, kystes ovariens, affections endocriniennes, et facteurs psychiques (peur, climat, etc.).

2) **Oligoménorrhée** (ou espacement exagéré des règles ; règles rares). Au-delà de 45 jours, il y a oligoménorrhée ; mais la femme n'est pas nécessairement **malade.**

3) **Hypoménorrhée.** — Flux menstruel très faible. On parle, encore, de « pauciménorrhée » (ce qui est la même chose). La femme n'est pas forcément malade. Les causes peuvent être un **état de grande pureté humorale** (santé) ou de **maladie** (genre **anémie**).

4) **Hyperménorrhée.** — Règles trop longues et trop abondantes (souvent **coïncidant** avec des hémorragies).

A la ménopause, la présence de **polypes,** de **kystes** ou de **fibromes** est à considérer. Mais durant l'âge moyen, les pertes sanguines trop abondantes signalent un état malsain de surcharges humorales de nature **colloïdale.**

5) **Métrorragie.** — Perte de sang entre les règles. Etat suspect : fibrome, **cancer.**

6) **Dysménorrhée.** — Douleurs aux périodes des règles. Douleurs intolérables résistant souvent aux analgésiques habituels. On conseille, parfois, une intervention sur le **nerf sacré** (opération de **Cotte**). En général, les douleurs s'estompent après le premier accouchement.

7) **Syndrome prémenstruel** (rétention d'eau dans les tissus, gêne, ballonnement, douleurs aux seins, nervosité, modification du caractère). Il se produit quelques jours avant les règles. Il cède facilement à **l'hygiène émonctorielle.**

8) **Syndrome du milieu du mois.** Signes de l'ovulation vers le 14e jour après les règles. Parfois petite perte de sang (et légères douleurs).

N.B. — La thérapeutique officielle utilise les **hormones de synthèse** et les **interventions chirurgicales** pour améliorer la plupart de ces troubles.

En hygiène vitale, ou naturopathie orthodoxe, les trois temps de la **cure de désintoxication** (réglage alimentaire et réduction quantitative, repos et relaxation, et ouverture des émonctoires (laxatifs et diurétiques) suffisent le plus souvent pour ramener les fonctions à la normale.

La sudation **sèche** et les **bains chauds** (supercaloriques) sont, encore, à conseiller.

La plante laxative est la bourdaine à faible dose (l'hyposulfite de magnésium est également valable : 2 c. d'Emgé Lumière matin et soir).

La plante diurétique est le **poireau** (en **bouillon** sans sel et guise de boisson).

● **MENTALES** (maladies). — **On distingue :**

a) **Les névroses,** simples désordres dont le sujet est conscient. Il **admet** sa maladie mentale.

b) **Les psychoses,** désordres plus graves dont le sujet est inconscient. Il n'admet pas sa maladie mentale.

N.B. (1). — Entre les névroses et les psychoses, on note des états limites (ou intermédiaires), tels que les **psychopathies,** les **déséquilibres,** les **perversions,** les **toxicomanies,** les **états de délinquance** et les **maladies psycho-somatiques.** Ces états sont des **névroses graves,** mais sans que les sujets soient retranchés complètement et définitivement du milieu social comme dans les **psychoses** (où les sujets sont des « étrangers ou aliénés »).

N.B. (2). — On peut encore distinguer les maladies **aiguës** et les **maladies chroniques.**

Les maladies aiguës se manifestent par crises, ou états paroxystiques ; on note des névroses émotionnelles, des agitations psychomotrices, des atteintes de mélancolie, des états de cyclothymie, des délires ou bouffées délirantes, des psychoses hallucinatoires, des états oniriques, des accès convulsifs.

Les maladies **chroniques** sont les perversions, les toxicomanies, les schizophrénies, les démences, les oligophrénies (ou arriérations mentales).

A) CLASSIFICATION DES PSYCHOSES

1) **Psychoses de l'humeur** (endogènes, ou dépendant de facteurs héréditaires). Dysfonctionnement des centres nerveux du diencéphale.

Psychoses périodiques, maniaco-dépressive (avec périodes d'excitation et d'inhibition).

2) **Psychoses de la conscience.** — Etats de stupeur (proche du coma) ou simble obnubilation (absence). **Phénomène d'onirisme,** de **rêves hallucinatoires :** illusions visuelles, confusion mentale, états crépusculaires de l'épilepsie, l'ivresse, les délires toxi-infectieux, accidents aigus de l'alcoolisme (delirium tremens) et psychose de la grossesse.

3) **Psychoses de la personnalité.** — Deux classes : les « paranoïas » et les « schizophrénies ».

a) **La « paranoïa » ;** la personnalité toute entière est **déviée,** mais la pensée est **claire** et **logique** (seulement hors de la réalité. **3 types :** les **délires** d'interprétation, les **délires** passionnels, et les **délires** sensitifs.

Les modes en sont : la **persécution,** la **revendication,** la **grandeur,** la **jalousie,** le **préjudice,** la **réformation sociale** (ou mystique), etc.

b) **La « schizophrénie »** (psychose dissociative). Personnalité dédoublée, avec des « passages à vide » et des comportements stupides. Le sujet se renferme souvent sur lui-même. On distingue : **l'hébéphrénie** (pseudo-démence avec confusion mentale), **la catatonie** (avec attitudes et gestes anormaux), et **la psychose délirante** (illogique où le monde extérieur est vécu comme un **rêve** et le monde intérieur comme une **réalité**).

4) **Grandes atteintes de l'intelligence.** — Les **arriérations** (arrêts du développement) et les **démences** (détérioration). On distingue, dans les arriérations, les états successifs de **l'idiotie** (Q.I. **40**), **l'imbécilité** (Q.I. **70**), **la débilité** (Q.I. **80**). A retenir que le **quotient intellectuel (Q.I.) normal est 100.** Les **démences** sont, en général, des détériorations survenues sur un état normal ; alors que les **arriérations** sont liées à des facteurs héréditaires.

B) CLASSIFICATION DES NEVROSES

1) **Névroses actuelles :** psychasthénie et névroses d'angoisse. La **psychasténie** se remarque à l'état continu de fatigue (physique ou intellectuelle) avec **neurasthénie,** vertiges, palpitations, troubles digestifs et génitaux.

La **névrose** d'angoisse se caractérise par une vision pessimiste et catastrophique de l'avenir, coupée d'attaques brutales **d'angoisse** sans **raison** (avec impression de mort imminente).

2) **Névroses vraies.** — Ce sont les **névroses phobiques** (les angoisses se fixent sur un objet), les **névroses obsessionnelles** (avec des actes stupides reconnus comme tels, mais auxquels le sujet est soumis), et les **hystéries** de conversion (angoisses intériorisées : avec pseudo-paralysies, possessions sexuelles, etc.).

N.B. — Thérapeutiques officielles : médications chimiques, sédatives, hormones de synthèse, intervention chirurgicale (lobotomie, etc.), thérapies convulsionnantes, électro-chocs, cure de sommeil aux barbituriques, etc. Ils sont assez décevants, mais sont souvent indispensables pour calmer les **grandes excitations.**

En **hygiène naturelle,** les **jeûnes courts et répétés** (avec purgation) restent la méthode la plus conseillée.

La frugalité alimentaire (œufs, fromages, légumes verts et fruits) ; **l'aloès** à petite dose au milieu des repas d'une manière presque **continue ;** l'exercice soutenu et quotidien amenant la **sudation ;** les **catalyseurs minéraux** (cuivre, zinc, or, argent) ; et le **fenugrec** (1 dose à midi tous les 2 jours) en sont les moyens complémentaires.

Toutes les **maladies mentales,** dans la mesure de l'obéissance du sujet, relèvent d'une cure très simple, basée sur l'**extrême frugalité alimentaire** (monodicte de fruits, et légumes aqueux **crus** et à l'étouffée),

un **effort physique quotidien,** poussé jusqu'à la fatigue (longue marche de plusieurs heures, finissant par occuper toute la journée de 9 h à 12 h, et de 14 h à 20 h), et des **éliminations** systématiques provoquées (douche rectale bi-quotidienne et boisson diurétique). A cela, ajouter les **bains chauds** (ou tièdes) après l'effort physique.

N.B. — Au sujet de l'entraînement corporel, la **saine fatigue** se remarque à un peu de **courbature,** et par un **sommeil** nocturne parfait.

Bien entendu, une telle cure exige — comme nous l'avons dit — une certaine **obéissance** du sujet, et surtout que son état soit exempt de crises de violence et d'auto-destruction. Dans ce cas, l'urgence des **calmants chimiques** s'impose.

Dans le monde actuel, il y aura de plus en plus de **malades mentaux** (la **folie,** avec la **maladie** et la **laideur,** sont les signes d'une dégénérescence fatale de notre race, si des pratiques d'hygiène vitale ne viennent pas « redresser » cette **involation.**

Il faut libérer le mental de toutes ses « confusions » ; le corps, de tous ses « poisons » ; et le muscle, de toutes ses « paresses », pour que les individus redeviennent **lucides, sains** et **beaux.** On comprend que la médecine, par les « drogues », n'est pas la voie d'une telle renaissance. Elle contribue, au contraire, à cette décrépitude totale de l'être humain.

● **METABOLISME. — Processus par lequel un organisme tire — à partir des aliments — les molécules azotées pour reconstruire ses tissus, ou les molécules carbonées pour contracter ses muscles.** La phase de l'**anabolisme** est celle de l'assimilation ; et celle du **catabolisme,** de la désassimilation.

a) **Les aliments énergétiques** sont tous les **aliments carbonnés** (sucres divers des fruits, des amidons et des graisses, transformés en **glucose** qui, deshydraté,, donnera le **glycogène** accumulé dans le **foie,** d'où il sera distribué aux **muscles**).

b) **Les aliments plastiques** sont tous les aliments azotés (viandes. poissons, œufs, lait et protides végétaux qui, réduits en **acides aminés** de base, serviront à refaire les **tissus**). En cas d'insuffisance en **sucre,** les graisses (acides gras et **glycérine**) et les **aliments azotés** (molécules d'azote, d'hydrogène, d'oxygène et de **carbone**) seront brisés pour en tirer les **substances énergétiques** (glycérine et carbone). La démarche est coûteuse mais valable.

Toutes ces opérations produisent de la chaleur (calories). Si un sujet immobile, à jeûn, se repose dans une pièce en équilibre thermique, il consomme, malgré tout, une certaine quantité d'oxygène. On considère que cette **quantité minimum d'oxygène** est nécessaire à **l'activité organique réduite** du sujet (cœur, muscles lisses, etc.).

Cette quantité minimum d'oxygène correspond à une quantité de **calories** irradiées par la peau. Le **métabolisme basal** mesure **cette quantité de calories et reflète ainsi l'aptitude organique et vitale du sujet.**

L'oxydation se réalise par l'oxygène de l'air mais avec l'aide de **diastases** ou **enzymes** (catalyseurs permettant aux métabolismes digestifs et autres de se produire **à basse température.** Les diastases porteuses d'oxygène (oxydases) et d'hydrogène (Hydroxydases) sont les plus utiles.

On connaît plus de **50 000 diastases** différentes, qui semblent naître de l'activité des **mitochondries** (éléments cellulaires).

En plus des **diastases,** les métabolismes exigent pour se réaliser la présence de **minéraux** catalyseurs, de **vitamines** et d'**hormones.**

Le **métabolisme basal** est une mesure physiologique utile. Il est de **40** chez le nouveau-né ; de **60** à 5 ans ; puis il descend à **40** à **20 ans,** à **38** à 40 ans, et à **35** à 70 ans.

Au cours de l'hyperthyroïdie, il atteint parfois **60 ;** et dans la leucémie **50.** Dans le myxaedème et l'hypothyroïdie, il tombe à **30.** On recherche le métabolisme basal dans les affections cardio-vasculaires, le diabète, l'obésité, etc.

● **MIGRAINE.** — **La migraine est un mal de tête (céphalée ou céphalgie).** La migraine atteint seulement **la moitié du crâne** (hémicranie, d'où « migraine » par contraction).

C'est une **céphalée unilatérale,** pulsatile (battant comme le pouls), avec crise de 24 à 48 heures, et signes avertisseurs (angoisse, amnésie, insomnie, crainte de la lumière, taches brillantes ou « scatomes scintillants »).

Symptômes annexes : anorexie et vomissements.

Cause (vasculaire) par rétrécissement des artères cérébrales. Le nerf trijumeau serait la voie nerveuse de transmission.

N.B. — Le traitement classique est décevant. l'acide acétylsalicylique (aspirine), l'amidopyrine et la morphine sont de peu d'effets. **L'ergotine** (extrait de l'ergot de seigle) et la caféine semblent parfois calmer les grandes crises.

En **hygiène vitale,** on conseille le calme et l'obscurité, la douche rectale bi-quotidienne, et les **bains de pieds sinapisés toutes les 2 heures.** Le jeûne hydrique est de rigueur. Le **camphre** améliore souvent la situation (un grain de blé à sucer ou à avaler 3 fois par jour).

● **MONONUCLEOSE** (infectieuse). — **Maladie dite à virus (entre 15 et 30 ans).** Cette maladie de **Pfeiffer** incube en une dizaine de jours. Signes : angine, fièvre, hypertrophie des **ganglions** et de la **rate.** A l'analyse, on trouve dans le sang 30 000 **leucocytes** avec prédominance de 80 % pour les cellules mononucléaires.

La guérison est rapide (2 à 4 semaines), mais la convalescence est longue et pénible. Aucun traitement sauf l'emploi de la **cortisone.**

N.B. — En hygiène vitale, la monodiète aux légumes verts (crus et cuits), avec beaucoup d'ail **cuit,** est le régime à suivre. Bains chauds à **42°** (30 minutes) tous les jours (mettre dans l'eau du bain des **sels oxygénants**). Onction quotidienne des ganglions à **l'essence de lavande.** Douches rectales matin et soir. Tisane de **romarin** en boisson.

● **MYCOSES (mycose vient du grec « Mukés » qui signifie « champignon »).**

Ces champignons, qui se développent sur les muqueuses et sur la peau, menacent de plus en plus l'homme, **surtout depuis la découverte des antibiotiques.**

On distingue les **mycoses de surface** (cutanées) et les **mycoses profondes** (muqueuses internes). Ces dernières sont **rares** sous nos climats.

Les mycoses de surface (peau et muqueuses externes) se divisent en **Epidermomycoses** (champignons à la surface de la peau, au niveau de **l'épiderme**), et en **Dermomycoses** (champignons se développant dans l'épaisseur du **derme**).

1) **Les Epidermomycoses** offrent plusieurs variétés, à savoir :

a) **Les teignes** « tondantes ». Evolution par **plaques d'alopécie** sur le cuir chevelu. Aspect gris sale. Les champignons sont « endothrix » s'ils vivent à l'intérieur du cheveu, « cetothrix » s'ils se tiennent à l'extérieur, et « endo-cetothrix » s'ils se comportent des deux façons. Les teignes peuvent être d'origine humaine ou animale. La contamination par le chat ou le chien est courante, ainsi que la contamination **scolaire.**

b) **La teigne favique** (ou favus), et les **teignes trichophytiques** sont rares en France (plus fréquentes en Afrique). La **teigne favique** détruit la racine du cheveu **qui ne repousse pas** (alopécie définitive). Elle laisse des croûtes et godets de couleur jaune soufre qui dégagent une **odeur de souris.**

c) **Le pityriasis versicolor.** — Plaques de couleur jaune qui s'étendent en vastes placards sur le tronc. Pas de prurit, mais des desquamations. Le champignon prolifère en **milieu alcalin.**

d) **L'érythrasma.** — Plaques rouges **prurigineuses** (au fond des plis cutanés).

e) **L'eczéma marginal de Hébra.** — Siège : niveau des grands plis cutanés, et face interne des cuisses. Plaques rouges parsemées de fines **vésicules.**

f) **La mycose interdigitale du pied** (pied d'athlète). — Le champignon pousse dans le fond des **plis** des doigts de pied (5e et 4e orteil). Plaque rouge, prurigineuse, revêtement blanchâtre épais.

Les mains peuvent être atteintes (dysidrose). Le grattage entraîne l'écoulement d'une **sérosité claire** (à l'odeur d'**urine**).

g) **Le Kérion de Celse.** — Pustules entourant un placard (macaron de 6 à 8 cm de diamètre). Le centre du macaron est fluctuant (pus). L'alopécie n'est pas toujours définitive.

h) **Le sycosis trichophytique.** — Semis de pustules centrées sur un poil (à la **barbe,** surtout). Les poils repoussent. Lorsque le sujet est **imberbe,** la maladie se développe sous forme de plaques rouges (« herpès circiné trichophytique »).

i) **Le candida albicans.** — Maladie de la peau due à des **levures** (et non à des champignons). Localisé à la langue, c'est le « muguet ». Enduit blanchâtre aux organes génitaux, le « candida albicans » entraîne des **bolano-prostites** — chez l'homme — et des **vulvo-vaginites** (chez la femme).

Sur la **peau,** cette levure est responsable des **pustules,** des **intertrigos,** ou de lésions profondes **(granulomes).** Aux ongles, l'atteinte est appelée **onyxis** (ongles noirs) ; et l'ongle peut suppurer **(périonyxis).**

● 2) **Les Desmomycoses.** — Rares sous nos climats. Trois variétés à étudier chez nous.

a) **L'actinomycose.** — Niveau du cou et des joues. Peau épaisse rouge, adhérant au plan profond. Placard violet qui se fistule et déverse un pus verdâtre.

b) **La sporotrichose.** — Tumeurs sous-cutanées (gommes). La « noisette » monte en surface et crève laissant couler un pus épais. Cicatrisation lente.

c) **La blatomycose.** — Très rare chez nous. Elle se présente sous 4 formes : folliculite, pustule, nodule et abcès.

N.B. (1). — En profondeur, les organes atteints peuvent être les **poumons,** le **tube digestif,** les **reins,** le **système nerveux,** les **os** et les **muscles.** Mais cette évolution se fait principalement dans les pays équatoriaux.

N.B. (2). — Les thérapeutiques officielles sont souvent décevantes, et les récidives importantes.

N.B. (3). — En hygiène naturelle, on recherche surtout à réaliser **l'épuration humorale** par les **jeunes** et les **monodiètes,** avec « acification » des zones atteintes.

La spécificité des champignons ou des levures ne nous intéresse pas. La double règle est d'éviter les **troubles digestifs,** responsables, et l'**alcalinité** excessive de la peau et des muqueuses annexes.

Quelques procédés : application d'essences végétales pures sur les zones lésées (géranium, lavande, eucalyptus, etc.). Diluer les essences avec un peu d'huile d'amande douce si la peau est sensible. Bains d'eau, entiers ou locaux (3 fois par jour) à **39°** durant 15 minutes.

Mettre dans l'eau des **sels oxygénants** (peroxydases) ou de **l'essence de térébenthine** (préparée avec un savon liquide acide), ou encore vinaigre de vin ou de cidre. Savonnage de la peau avec des **savons liqunides acides.**

Si l'estomac l'accepte, faire une cure interne de **citron** (chaque jour augmenter la dose : 1 citron, puis 2, puis 3, etc., sur 8 jours ; deuxième semaine, régresser ; troisième semaine, recommencer la progression : et quatrième semaine, régresser).

Boire en boisson : **hydroxydase** ; et faire beaucoup de **monodiète aux yaourts** (non sucrés), 4 à 6 par repas (3 fois par jour). Une semaine sur deux pendant 3 mois.

● **MYELITES. — Inflammation de la moelle épinière entraînant diverses paralysies.** On distingue la **miélite transverse aigue** (paralysie flasque puis spasmodique) ; la **myélite aiguë disséminée** (sorte de sclérose en plaques, qui guérit spontanément) ; la **myélite chronique d'ERB** (d'origine syphilitique ; évolution très lente vers l'impotence et la mort) ; **le syndrome de Landry** (sorte de poliomyélite, ascendante et mortelle) ; **l'encéphalomyélite** (sorte d'encéphalite) ; et **la myélomalacie** (oblitération d'une artère spinale, et brusque paraplégie).

N.B. — Les thérapeutiques officielles sont décevantes (en dehors des **sauvetages in extremis**).

En soins naturels, **les bains chauds (38°) continus** (selon Baruch) restent la méthode la plus conseillée. Ces bains doivent durer plusieurs heures de suite, voire des **journées entières** (le malade étant couché dans un hamac). Résultats par régression, très étonnants.

● **MYOMES ET FIBROMES UTERINS. — En général, tumeurs bénignes dures, de volume variable, fréquentes (20 % des femmes, ivant suivant les mauvaises règles d'hygiène, habituelle), et siégeant sur le muscle utérin** (dans la masse, ou formant des champignons poussant vers l'extérieur ou l'intérieur de la cavité).

Troubles de compression (pesanteur, constipation, difficultés à uriner, œdème des membres) ou hémorragies possibles. De 30 à 50 ans, âge critique. **Symptômes :** pertes génitales anormales, périodes menstruelles prolongées, anémie.

Certains fibromes sont bien tolérés ; d'autres peuvent **saigner, suppurer,** se **nécroser** ou **muter** en tumeur maligne (rare).

Officiellement, injection **d'hormones mâles** (d'où risque de virilisation), ou **ablation chirurgicale** (plus ou moins étendue).

N.B. — En soins naturels, les **fibromes musculaires** (qui siègent au sein du muscle utérin) peuvent se réduire par **gymnastique pelvienne**

jeûnes rythmés (une semaine sur deux) et **régime hypotoxique** (fruits, légumes verts crus ou à l'étouffée, fromages). Pas de légumes farineux. Il faut 1 ou 2 ans pour faire disparaître un fibrome gros comme un œuf. Amaigrissement important du sujet pendant les premiers mois.

● **NEVRITES. — Atteinte toxique d'un nerf périphérique (polynévrite, névralgie du trijumeau).** Les causes sont les **surcharges uréiques** (rhumatisme nerveux). Le **froid** n'est qu'une cause **révélatrice** (de même qu'un **coup**).

Symptômes : douleur, paralysie, atrophie musculaire, peau froide et violette, etc.

— **Officiellement,** le traitement est décevant (vitamines de synthèse, drogues sédatives).

— **Soins naturels :** jeûne hydrique (8 jours), bains de sudation (2 fois par jour), et tisanes diurétiques (queues de cerises ou chiendent) à raison de 1 à 2 litres par jour, et **sans sucrer.**

● **OBESITE. — L'organisme met en réserve sous forme de corps gras, les aliments (protides, glucides et lipides) dont il n'a pas besoin en fonction de ses activités.**

Cependant, certains sujets au **tube digestif vigoureux** engraissent plus vite que les autres : ce sont les **dilatés** appartenant au type des **sanguins** et à celui des **digestifs** (sujets ronds, colorés, volubiles... gros mangeurs).

Les facteurs psychologiques sont **réels,** mais **secondaires** au type. L'obésité dite familiale est souvent la marque d'une prédisposition héréditaire (deux géniteurs, digestifs ou sanguins, ne peuvent que donner des enfants courts, épais, **engraissant facilement** après la puberté). La **sédentarité** est un facteur à considérer, mais la **typologie** reste maîtresse.

Les « gros » meurent jeunes (diabète, hypertension, etc.). On situe le poids normal autour du chiffre en **kilos,** qui exprime le nombre de centimètres de la taille au-dessus du mètre (ex. : un sujet de 1 m 70 doit peser 70 kgs).

Traitement : fruits (1 kg), légumes verts à l'étouffée, et **100 grs** de fromage blanc par jour. Les inhibiteurs de l'appétit sont **inutiles** et **dangereux.** La suppression du sel surajouté aux aliments est conseillée.

L'**exercice** et la **sudation** sont deux bonnes armes (la **course à pied** restant la meilleure). La **psychothérapie** est souvent décevante. La **relaxation,** par contre, est valable.

● **OCCLUSION INTESTINALE. — Arrêt de la progression du contenu du tube digestif par obstacle vrai** (occlusion) ou **paralysie. L'iléus paralytique** est un accident post-opératoire qui se corrige facilement. Par contre, **l'iléus mécanique** (par tumeur, torsion de l'intestin, hernie étranglée) est plus délicat à traiter.

Symptômes : vomissements, dilatation abdominale, constipation et arrêt de toute émission de gaz, etc.

Causes : chez les jeunes, **l'invagination intestinale** est fréquente ; chez les **sujets âgés,** il faut penser à une **tumeur** ; enfin chez les **opérés**, brides et adhérences sont souvent responsables.

Officiellement, le traitement est chirurgical, mais **l'urgence** est plus ou moins impérative suivant la cause. Aspiration mécanique des liquides et matières.

Les **Américains,** dans les invaginations réflexes, font leur **circuit inversé** (lavement de 50 à 100 litres dont l'eau ressort par la bouche — technique de **Baruch**).

Des vibrations mécaniques sur l'abdomen aident à l'opération. Jeûne **sec** et **massages vibratoires** peuvent parfois apporter le même résultat (dénouer l'intestin).

● **ŒDEMES. — Infiltration anormale des tissus par le sérum du milieu cellulaire.**

Ce sérum vient du sang, gagne la lymphe et le milieu cellulaire, puis il revient par les mêmes voies. Pour qu'il y ait **œdème,** il faut que le sang déverse trop de **sérum** (ce qui est rare) ou que **le drainage de retour** soit insuffisant (ce qui est le plus fréquent). Si les **reins** n'éliminent pas assez de sel (sodium), le sérum s'accumule dans les tissus (base du mécanisme de l'œdème dans les fonctions **rénales** et cardiaques). D'autre part, dans les **pertes d'albumine** (néphrose), **l'insuffisance alimentaire** (famine), **défaillance du foie** (cirrhose), l'eau se répand dans les tissus. Enfin, la **circulation veineuse défectueuse** (phlébite, insuffisance cardiaque) et l'**obturation des conduits lymphatiques,** sont des causes à considérer.

Les œdèmes « aiment » les tissus lâches (et non les tissus serrés). Ils sont, donc, **déclives** (obéissant à la gravitation) : jambes épaisses, le soir.

Causes : affections **rénales** et **cardiaques.** Insuffisance hépatique à considérer.

Traitement officiel : régime sans sodium et **diurétiques chimiques** (dangereux à manier).

Soins naturels : améliorer la **circulation de retour** (ex. : diaphragmatique), tisane à base **d'oignons** à boire en boisson, **cataplasmes** de pulpe d'oignons sur les régions œdématisées, **pas de sel dans l'alimentation, régime hypotoxique classique** (fruits, légumes à l'étouffée à volonté, 200 grs de fromage blanc). Soutenir le cœur avec du **camphre**, et **gymnastique générale quotidienne et progressive.**

● **ORCHITE. — Inflammation des deux testicules (rarement un seul) par propagation d'une substance toxique** (microbe, poison médicamenteux, etc.) **le long de l'épididyme (canal draineur du testicule**).

Causes : blennoragie ou autres infections à germes (tuberculose, oreillons). Une orchite double entraîne la **stérilité.**

Traitement officiel : repos au lit, testicules soutenus et chimiothérapie des infections (sulfamides, antibiotiques, etc.).

Les soins naturels sont à base de **bains tièdes continus** (38°), 3 à 4 fois par jour, pendant 10 à 15 minutes (chaque bain) ; **camphre pulvérisé** dans l'eau (1 c. à soupe) ; **douches rectales,** matin et soir ; **huile de Harlem** (2 à 4 gélules par jour et par la bouche), **Kavia au bleu** (4 c. par jour), onction d'essence de **géranium** (pure ou diluée sur le bas-ventre, l'intérieur des cuisses et les testicules). **Régime hypotoxique.**

● **OTITE. — Suppuration de l'oreille moyenne.** L'agent infectieux vient, en général, de la **gorge,** des amygdales, des végétations adénoïdes, des fosses nasales (rhinopharynx). La progression suit la **trompe d'Eustache** pour atteindre l'oreille moyenne. Le plus souvent, l'otite est « catarrhale » (secrétion de la muqueuse surchargée en **colles**). L'oreille sert **d'émonctoire** devant le silence du nez, de la gorge ou des poumons.

Au début, le liquide est **non purulent,** puis des germes envahissent la cavité, trouvent un milieu propice et s'y développent (pus **vert** et nauséabond).

Symptômes : douleurs, fièvre, vertiges, nausées. Membrane du tympan très **rouge,** et voile **convexe.**

Les otites **catarrhales** disparaissent aisément par la **diète** et la **chaleur sèche.**

N.B. — Les **otites suppurées** sont, par contre, fort dangereuses (mastoïdite, méningite purulente, etc.). Il faut, **chirurgicalement,** drainer le pus (perforation du tympan ou paracentèse). Les antibiotiques ne sont pas indispensables. Le passage à la **chronicité** (foyer otitique) est souvent le fait d'une infection des voies respiratoires (otite à répé-

tition). Les **otites** externes (furoncles et eczéma du conduit auditif) n'ont rien de particulier, sinon qu'elles sont très douloureuses.

● **OVAIRES** (tumeur des...). — **On distingue** les **kystes** (pleins de liquide), les **tumeurs solides** et les **tumeurs végétantes** (cancers).

a) **Les kystes séreux** regressent parfois seuls, les **« muqueux »** doivent être enlevés parce qu'ils gênent les organes (compression). Les **kystes sanglants** se vident avec les règles (risque d'hémorragie).

N.B. — Tous ces kystes doivent être **extirpés** (en conservant, si possible, une partie de l'ovaire).

b) **Les tumeurs solides** sont les étranges **kystes dermoïdes** (contenant des cheveux, des dents, et parfois des organes miniaturisés) ; **les fibromes de l'ovaire** (peu volumineux) ; les **« tumeurs endocrines »** bénignes en général.

c) **Les tumeurs végétantes** sont les plus dangereuses. L'opération est inévitable et les succès sont limités à **15 % des sujets opérés.**

N.B. — Neuf fois sur dix, il faut enlever les kystes ovariens. Rares sont ceux qu'on arrive à **dessécher** par le jeûne, combiné au régime hypotoxique.

Les femmes doivent être prudentes et appliquer des règles d'hygiène générale dès leur puberté.

● **PARKINSON** (maladie de...). — **Fréquente chez l'homme au-delà de la cinquantaine.** C'est la « paralysie agitante » du tremblement.

Symptômes : rigidité musculaire du visage, tremblement des membres (perturbant la parole, l'écriture, et la marche). Le **sommeil** arrête ces phénomènes, parfois la **volonté.** Evolution lente, guérison impossible malgré **l'atropine** et les **nouveaux médicaments,** voire la **destruction localisée** de certaines zones des noyaux centraux du cerveau **(opération délicate).**

Soins naturels : bains prolongés à **38°, camphrés** (2 à 3 heures et plus par jour). **Bains continus,** si possible (dormir dans l'eau).

● **PELLICULES** (pityriasis simplex capitis). — **Desquamation abondante des cellules épidermiques du cuir chevelu** (cellules blanches sèches). Suractivité de **la couche basale ondulée,** qui sert **d'émonctoire** (cellules soufrées ou kératinisées).

Avec l'âge, les cellules résiduelles deviennent **grasses** (pityriasis stéatoïde), et conduisent à **l'alopécie séborrhéique** (calvitie).

Soins : lotion antiseptique, massage à l'huile de cade et shampooings acides.

Hygiène naturelle : réforme alimentaire suivant nos principes ; **sudation** tous les 2 jours, avant le lit ; savonnage du cuir chevelu au **savon acide** et rinçage abondant (3 fois par semaine) ; **tisane diurétique** en boisson ; **exercices physiques au grand air** (2 fois par semaine, **3 heures** environ).

Vérifier l'élimination intestinale.

● **PERITONITE. — Le péritoine est une sorte de sac à double paroi (feuillets glissant l'un sur l'autre et contenant un liquide), qui enveloppe tous les organes (ou viscères) de l'abdomen.** Les replis ou mésos) du péritoine sont traversés par les vaisseaux et nerfs allant aux organes. Les grands **replis** sont appelés : **épiploons** (grand et petit).

L'accolement de **quatre feuillets** forme par endroit des **ligaments,** suspenseurs des organes.

Les **péritonites** sont des infections de la cavité péritonéale (entre les 2 feuillets).

On distingue :

a) **Les péritonites aiguës par perforation, dont l'urgence opératoire est indiscutable. Symptômes :** douleur intense, « coup de poignard », vomissements, malaise, sueur, parfois état de choc.

Causes : abcès appendiculaire, ulcère d'estomac, perforation de la vésicule biliaire, abcès de la trompe de Fallope (pyosalpinx).

Signe impératif : contracture absolue (ventre de bois).

b) **Les péritonites localisées qui évoluent dans un péritoine déjà cloisonné par des adhérences dues à des inflammations anciennes.** Elles forment de véritables **abcès,** qui doivent être **ouverts.** Les plus fréquentes sont les « pelviennes » dues à une infection gynécologique. Signalons les péritonites après primo-infection tuberculeuse, avec ou sans pleurésie.

● **PERVERSIONS SEXUELLES. — On peut les classer en deux groupes :**

a) **Perversions de l'objet :**

— **Homosexualité** (pédérastie et sodomie pour les **hommes** ; et tribadisme, lesbianisme ou saphisme pour les **femmes**). Relations sexuelles entre sujets du même sexe.

— **Pédophilie :** attraction sexuelle de l'adulte vers l'enfant (avec ou sans acte sexuel).

— **Nécrophilie :** relation sexuelle avec des cadavres (déterrement et acte de mutilation).

— **Zoophilie :** accouplement avec les animaux.

b) **Perversion des moyens :**

— **Fétichisme :** intérêt érotique pour **une partie du corps** (seins, fesses, etc.) ; les vêtements (chaussures, bas, etc.), les **déguisements,** les **photographies pornographiques,** etc. (ce vice se complique, souvent, de vol et collection de fétiches).

— **Sadisme :** plaisir érotique dans la souffrance du partenaire.

— **Masochisme :** jouissance érotique liée à la souffrance du sujet lui-même.

— **Exhibitionnisme :** exhibition des organes génitaux en public.

— **Voyeurisme** (myxoscopie) : érotisation de la vision.

N.B. — Les sujets pervers sexuels sont souvent des **toxicomanes** (alcool, opium, morphine, héroïne, marijuana).

● **PESTE. — Maladie infectieuse (bacille de Yersin). Elle est contagieuse, et endémo-épidémique.** La **puce du rat** est le vecteur. On distingue :

a) **La peste bubonique** (après la piqûre qui passe inaperçue, et une incubation de 5 à 6 jours, apparaissent les **bubons** ou suppuration des ganglions lymphatiques du territoire infecté). Fièvre, vomissements, troubles psychiques sont les symptômes annonciateurs. Guérison spontanée dans 25 % des cas (les autres, 75 % : mort par hémorragies).

N.B. — C'est une maladie grave, mais les **bains chauds** (enveloppements et sudation) permettent d'abaisser considérablement la mortalité (moins de 30 %). A noter que cette forme de peste est **peu contagieuse.**

b) **La peste pulmonaire** (5 % des cas de peste). Symptômes pulmonaires suraigus (mort en 3 ou 4 jours).

c) **La peste noire :** la peau se couvre d'hématomes, et la mort ultra-rapide apparaît avant l'apparition des **bubons** (émonctoires d'autodéfense).

Traitement officiel : antibiotiques, sulfamides et sérum pasteurier (succès variable).

Soins naturels : faire **suer** le malade (2 fois par jour), et le mettre au **jeûne sec.**

● **PHLEBITES. — Coagulation du sang dans une veine (souvent chez les femmes accouchées, et les opérées).** L'âge, la sédentarité, l'état de viscosité sanguine, et l'insuffisance veineuse sont les causes prédisposantes. La formation d'un **caillot** dans la lumière de la veine est le fait de l'élévation du taux de **prothrombine** par stase veineuse.

N.B. — Il faut se méfier des **thérapeutiques anticoagulantes** qui peuvent **détacher** le caillot et entraîner une **embolie pulmonaire.** On conseille d'enlever la **veine thrombosée** (mais l'intervention est rarement possible). les **phlébites** sont rares, actuellement, chez les opérées ou les accouchées par suite des traitements préventifs (héparine, dicoumaral, etc.).

Traitement officiel : ramener de toute urgence le taux de prothrombine à **40 %** de sa valeur normale, et obtenir un taux de coagulation ne dépassant pas **12 minutes** (emploi systématique mais prudent des anticoagulants).

Soins naturels. : lever précose des accouchées et des opérées ; massage des membres inférieurs dès les premiers engourdissements : contention par **bas à varices** (humidifiés à l'eau froide avant la pause ; gymnastique (marche) ; et ablution **chaude et froide** (3 fois par jour) avec la douche téléphone. Régime hypotoxique.

N.B. — En cas **d'œdème important,** douleur le long du trajet nerveux, aspect blanchâtre du membre, faire conserver au malade l'extension de la jambe sur tabouret, et **compresses froides répétées.**

● **PLEURESIE. — Maladie inflammatoire de la plèvre, avec formation de liquide (épanchement), qui s'accumule entre les deux feuillets.** Le liquide peut être plus ou moins abondant, clair ou épais (purulent). Cependant, la pleurésie peut être **sèche** (sans liquide) ; mais le plus souvent, la **pleurésie sèche** n'est que le premier stade d'une **pleurésie humide,** qui va suivre.

Symptômes : début brusque avec douleur vive (point de côté). Fièvre, avec toux sèche et douloureuse, essoufflement. Une ponction exploratrice (aiguille creuse enfoncée entre deux côtes jusqu'à la cavité pleurale, ramenant du liquide) confirme le diagnostic après examen du sérum.

1) **Les pleurésies à liquide clair** sont d'origine tuberculeuse (sujets jeunes). D'autres causes peuvent agir : pneumonies bactériennes ou virales, ou cancer (sujets âgés).

2) **Les pleurésies purulentes** (empyèmes) résultent d'une invasion microbienne : streptocoques, staphylocoques, pneumocoques, bactéries anaérobies.

Traitements officiels : antibiotiques et ponctions (qui soulagent).

Soins naturels : enveloppement **sec** et **chaud** du thorax ; onction du thorax avec **essence de géranium** (matin et soir) ; et prise par la bouche de **capsules d'huile de Harlem** (8 par jour). Cependant, il est bon de prévoir les **soins d'urgence** (allopathie) pendant 2 à 3 semaines pour lutter contre le débordement microbien.

● **PNEUMONIE. — Inflammation du tissu du poumon.**

1) **Pneumonie franche** (lombaire, aiguë), due à un germe microbien (pneumocoques des variétés **1, 2, 5** et **7** de la famille qui en compte **32**).

Début brutal, frissons, point de côté et fièvre à 40°. Puis, expectoration de crachats visqueux, collants, de couleur « rouille ». Sans traitement, la pneumonie cède d'elle-même le **septième jour** (après une exagération des symptômes la veille au soir, le **malade apparaît transformé et guéri au réveil**).

L'usage des antibiotiques « masque », aujourd'hui, ce phénomène d'auto-guérison spontanée. Par crainte de complication (abcès, pleurésie, septicémie) on en use toujours.

Soins naturels : jeûne **sec,** purge hépato-intestinale, enveloppement sec et très chaud du thorax. Chaque matin 2 c. à soupe de **Pollen** en pelote fondu dans très peu d'eau tiède (rien d'autre).

2) **Broncho-pneumonie.** — Dispersion des lésions dans les deux champs pulmonaires (et non plus au niveau d'un seul lobe). Microbes : les mêmes que ci-dessus, plus le bacille de **Friedlaender.** Les infections sont souvent causées par la **rougeole,** la **coqueluche,** la **grippe** (parfois, elles surviennent par débilité et vieillesse).

Symptômes : fièvre, toux, expectoration et dyspnée (essoufflement) avec cyanose. Certaines formes peuvent être **catarrheuses** et **suffocantes, œdémateuses,** etc. Menace, dans ces cas, d'**asphyxie.** L'ancienne « congestion pulmonaire » correspondait à l'une de ces formes.

Traitements officiels d'urgence : les antibiotiques.

3) **Pneumonies virales** (viroses pulmonaires). Ce sont des « pneumonies atypiques », dont la cause **serait** un virus.

Symptômes : début progressif, fièvre modérée, avec inflammation des voies respiratoires supérieures : coryza, rhino-pharyngite, amygdalite, laryngite, trachéite).

Beaucoup de ces pneumonies ne peuvent être attribuées à un **virus connu.** Certaines sont sensibles aux antibiotiques, d'autres ne le sont pas. Mais leur évolution est bénigne et la guérison spontanée est la règle générale.

Soins naturels : bains supercaloriques, **au camphre,** trois fois par jour (température : 40°, durée : 10 minutes). Régime fruitarien (ou

légumes cuits à l'étouffée). Sucer du camphre (valeur de 5 à 6 grains de café par jour).

Douche rectale « camphrée », matin et soir. Aérosols aromatiques dans la chambre.

● **POLIOMYELITE** (antérieure aiguë) ou **paralysie infantile. Maladie causée par un virus** (3 types : **Brunhilde,** de **Lansing,** et de **Léon**) **qui se manifeste chez les enfants de 3 à 5 ans** (garçons le plus souvent) **après fatigue excessive ou maladie infectieuse** (coqueluche en particulier). Dans d'autres cas, la maladie se manifeste chez les **adolescents** à la **puberté.** Pénétration virale par **voies digestives** (plus rarement par voie rhino-pharyngée).

Deux possibilités : ou bien le virus reste dans le sang et **disparaît,** ou bien il attaque la moelle épinière et le cerveau, **provoquant** la paralysie des **muscles.** Cette dernière forme peut être **mortelle** ; mais en général, elle **régresse d'elle-même,** laissant malheureusement et très souvent des **séquelles paralytiques.**

Symptômes : chaque fois qu'il y a **vomissements, angine** et **céphalées** avec **raideur du cou et du dos,** l'apparition de la maladie est possible.

La période d'invasion dure de 3 à 7 jours, environ. Accentuation des signes précédents, difficulté de passer de la position allongée à la position assise (raideur du rachis). Rétention urinaire, constipation.

Puis paralysie progressive et assymétrique, partant des jambes avec atrophie musculaire. En quelques heures, elle atteint le maximum d'extension. Mort possible par atteinte des **muscles respirateurs** (diaphragme). Enfin, un mois plus tard, apparaît la régression avec séquelles motrices plus ou moins importantes. Des améliorations sont toujours possibles au-delà des prévisions (pendant les deux années qui suivent la maladie). Les récidives sont inexistantes ou presque.

Traitements officiels : repos physique et moral, **au lit,** avec changement de position toutes les deux heures (pour éviter les escarres). **Pieds en équerre,** et **attelles** pour éviter les attitudes vicieuses. Massages et mobilisation (Kinésithérapie). On adjoint des injections de **curare** et des **neuroplégiques** (chlorpromazine). En convalescence, séances de **mobilisation dans l'eau.** Vaccination obligatoire de protection (vaccination croisée contre les 3 souches). Deux vaccins : **Salk** et **Lépine.**

Soins naturels : cure de magnésium du professeur **Delbet** et du docteur **Neveu.** Au moindre soupçon, prendre de l'eau magnésiée (200 grs de magnésium desséché pour 1 litre d'eau) à raison d'un petit verre à liqueur **toutes les 2 heures.**

Enveloppements chauds continus (miss Kenny). Régime hypotoxique

(fruits, légumes à l'étouffée et fromage blanc). Douche rectale bi-quotidienne ; massage et musculation.

● **POLYPE. — Tumeur pédiculée (champignon) qui se forme sur les muqueuses.** Le polype est rarement **cancéreux** (sauf au niveau de la vessie).

Officiellement, ablation chirurgicale. En **soins naturels,** acidification du terrain par **régime fruitarien** et **végétarien** (légumes aqueux crus). Adjoindre **1 c. à soupe de vinaigre de cidre,** au réveil dans de l'eau peu minéralisée. Parfois, monodiète aux **yaourts maigres** (10 par jour pendant 8 jours).

● **PROLAPSUS UTERIN** (chute d'organe). — **L'utérus descend dans le vagin (piston dans cylindre) et finit par s'extérioriser (avec retournement du vagin comme un doigt de gant).**

Rare chez la femme n'ayant jamais eu d'enfants. Les accouchements répétés, dans de mauvaises conditions avec traction, distendent et déchirent les ligaments de suspension de l'utérus et les muscles du périnée.

Apparition à la ménopause par perte de tonicité des tissus.

Traitement officiel : chirurgical (les **pessaires,** anneaux de caoutchouc autrefois utilisés pour maintenir l'utérus en place, ont été abandonnés, étant **source d'infection**).

Soins naturels : réduire **le volume du ventre,** et vaincre la constipation avec des **laxatifs doux.** Régime hypotoxique (fruits, légumes, biscottes, riz, fromages et œufs). Gymnastique bi-quotidienne du **périnée** et de l'abdomen. Injection vaginale froide et douche rectale (matin et soir). Après les soins, mettre en place un **tampon d'ouate** (imbibé légèrement d'essence de lavande), et bien l'enfoncer pour maintenir l'utérus. Répéter chaque matin (et chaque soir, extraire le tampon).

● **PROSTATITE. — Inflammation de la prostate, des vésicules séminales et de l'urètre.**

1) **Prostatite aiguë** (3e semaine d'une blennoragie négligée). Douleur à la miction, fièvre, et filaments blanchâtres dans les urines. La rétention urinaire **totale** peut subvenir. Le toucher rectal permet d'explorer la glande qui est volumineuse. Complication : **abcès** et **orchite.**

2) **Prostatite chronique :** suite d'une prostatite aiguë qu itraîne. Rétrécissement de l'urètre, avec érection incomplète et éjaculation précoce. Urines troubles, linges souillés. Traitement difficile. Repos,

massage et antiseptiques locaux. Les antibiotiques, efficaces dans **l'aiguë,** seront sans action dans **la chronique.**

N.B. (1). — **La tumeur de la prostate** (adénome) résulte de l'hypertrophie des glandes médianes de cet organe. Apparaît après la cinquantaine. Obturation incomplète de l'urètre (mictions laborieuses). Un résidu vessical demeure qui, à la longue, peut **s'infecter.**

Traitement chirurgical (sous couvert d'antibiotiques). Opération relativement facile et sans suite.

N.B. (2). — **Le cancer de la prostate :** Envies fréquentes d'uriner. Sang dans les urines. Prostate dure et non douloureuse (au toucher rectal). Pas d'opération (tumeur trop étendue). Guérison médicale difficile (rémission). Œstrogène (hormones féminines). Inconvénient de « féminiser » le malade.

Soins naturels : prostatite aiguë, bain de siège très chaud (42° à 45°), 20 minutes (matin et soir). Dragées de **Kaviase au bleu** (méthylène), 10 par jour ; et **huile de Harlem** (6 gélules par jour) en alternant.

Régime hypotoxique ; douche rectale chaque soir.

Prostatite chronique : mêmes indications, mais bains plus prolongés (1 à 2 heures matin et soir).

Dans **l'aiguë,** tolérer les antibiotiques, quelques semaines.

En cas **d'adénome,** si aucune amélioration après trois cures de jeûne humide de **8 jours** (espacées chacune de 10 jours), conseiller l'ablation chirurgicale. **Cancer,** harmoniser les soins naturels et les médications chimiques.

● **PSORIASIS. — Maladie cutanée (très courante, aussi fréquente que l'eczéma et l'ulcère variqueux).**

Débute après la puberté. Présence de **plaques rouges** (avec épaisses squames d'un blanc nacré). Régions : **coudes** et **genoux ;** puis, **cuir chevelu** et **torse.** Jamais le visage.

Les plaques sont petites (tête d'épingle) ou très étendues. Evolution par poussées, avec un « branchissement » intermédiaire (guérison apparente et provisoire).

A la longue, des douleurs et déformations articulaires peuvent apparaître (psoriasis arthropathique).

Traitements officiels : décapage des plaques à l'aide d'une pommade (acide salicylique et goudron de houille). Et arsenic, bismuth, mercure, soufre, par la bouche, sont associés aux hormones et antibiotiques.

Soins naturels : basés sur la chaleur et le soleil.

Bains supercaloriques soufrés (40°) à raison de 2 bains par jour (de 5 minutes) pendant 3 semaines. Repos : 15 jours, et répéter la cure de cette façon d'une manière continue (surtout durant l'hiver). Lampe solaire. **Régime hypotoxique,** coupé de jeûne hydrique de 1 à 2 jours par semaine. Massage de la peau et des zones malades avec essence de camphre (coupée d'huile d'amande douce). Bains de sudation ou exercice sudorifique (2 fois par semaine).

● **PYELITES** (pyélo-néphrites). — **Infections du bassinet (pyélite) qui peuvent atteindre le rein (pyélo-néphrites).** Dans la néphrite, l'agent pathogène, venant du sang, aboutit directement au rein ; dans la **pyélo-néphrite,** l'agent vient de la vessie.

La **pyélite** est une maladie de la **femme jeune** et de l'**homme âgé.** La grossesse est souvent le facteur occasionnel (et 9 fois sur 10, le côté droit est atteint). Chez l'homme, le mal est **bilatéral** (suite de rétention urinaire). Germe en cause : le **colibacille.**

Symptômes : frisson, poussées thermiques (40°), douleurs violentes d'un rein (irradiant vers le bas), brûlures à la miction.

Evolution en 3 jours, vers la guérison.

Traitements officiels : repos au lit, antibiotiques.

Soins naturels : bains chauds camphrés et prolongés (39°) pendant 1 à 3 heures), matin et soir, cure de 3 à 4 jours.

Jeûne hydrique, douche rectale, **huile de Harlem** par la bouche (6 capsules par jour).

● **PYORRHEE** (alvéolo-dentaire). — **Fréquente. Causes possibles : diabète ou arthritisme. Conséquence : chute des dents (gingivite expulsive).**

Symptômes : inflammation des gencives, hémorragies, mobilité des dents, suppuration (abcès possible).

Traitements officiels : détartrage, cautérisation ; peu efficaces.

Soins naturels : régime de **crudités** (fruits et légumes verts) ; **pollen** (2 c. à soupe par jour) ; sucer du **camphre** (1 grain de café 3 fois par jour) ou **mâcher des clous de girofle.**

Chaque matin, bain prolongé de la bouche avec eau sédative diluée (1 c. à soupe pour un verre d'eau tiède), **chaque soir,** avant le lit, rinçage de la bouche à l'eau tiède, et application **d'alcool iodé** sur les gencives.

N.B. — S'habituer à mâcher des racines crues (carottes).

● **QUINCKE** (œdème). — **Autres noms : œdème « angioneurotique », urticaire géant, œdème « aigu circonscrit ».**

Cette maladie relève d'un **trouble d'alarme** (allergie). Augmentation brutale de volume d'une muqueuse (visage, organes génitaux). Au visage, les paupières, les joues, les lèvres sont gonflées (le malade souvent ne peut plus ouvrir les yeux).

Les poussées d'œdème sur les muqueuses du pharynx et du larynx risquent de provoquer un accès d'asphyxie (traitement d'urgence indispensable).

Mais affection bénigne, en général, qui disparaît en quelques heures.

Causes : aliments altérés, médicaments mal tolérés, microbes intestinaux.

Traitements officiels : administration d'**anti-histamines,** « auto-hémothérapie » (injection du propre sang du malade en intra-musculaire), et en cas d'urgence oxygénothérapie et **trachéotomie,** si nécessaire.

Soins naturels : jeûne hydrique (1 jus de citron pour 1 litre d'eau, à boire dans la journée). Petit lavement.

● **RACHITISME.** — **Mauvaise minéralisation osseuse des jeunes enfants pendant la croissance (dents mal plantées, mâchoire inférieure « chevaline », scoliose, cyphose, thorax déformé en carène, jambes arquées, grosse tête, etc.).**

Nourriture carencée et ensoleillement insuffisant sont les causes majeures (avec une certaine disposition héréditaire).

Maladie de la sous-alimentation (ou mauvaise alimentation cuite), des pays brumeux, et des classes pauvres urbaines.

Traitements : administration de la **vitamine D,** ensoleillement systématique, amélioration du régime en crudités, gymnastique, huile de foie de morue ou de flétan (4 gélules par jour).

● **RECTUM** (affection du...).

Le **rectum** est la terminaison du **côlon.** Le nom veut dire « droit » par rapport à la partie courbée en « S », qui se trouve au-dessus, et appelée **sigmoïde.** Un anneau musculaire « anus » termine le **rectum.**

Au moment de la défécation, le « sigmoïde » plein de matières fécales, s'enfonce dans le rectum comme un piston dans un corps de pompe, et les féces sont expulsés.

Ce mécanisme normal des selles est souvent contrarié par des

malformations (imperforation anale du nouveau-né ; abouchement du rectum à la vulve ; et fistules unissant le rectum à la vessie), par des **infections aiguës** (rectites dues à la dysenterie amibienne, à la tuberculose, à des irritations par suppositoire), ou à des **polypes** (tumeurs et cancer).

La **fistule anale** est le résultat d'un abcès. C'est un trajet infecté qui unit l'anus au rectum à travers le tissu. La **fissure anale** est une réaillure (coup d'ongle) qui provoque des douleurs au passage des selles. Les **hémorroïdes** sont des varices de la veine porte.

Traitements officiels des fistules et fissures : presque toujours chirurgicaux.

Soins naturels : suivant la gravité (et hors de l'urgence), bains de siège tièdes (20 minutes, 3 à 4 fois par jour). Mettre dans l'eau **1 poignée de son de blé.** Petit lavement (douche rectale) froid, contenant quelques gouttes d'essence de camphre (ou faire fondre dans l'eau des dragées de **Kaviase au bleu** ou de **mictasol** (3 par jour). Laxatif à base de bourdaine. Alimentation végétarienne (fruits, légumes aqueux crus et à l'étouffée, et un peu de fromage blanc frais : 50 grs par jour). Jeûne hydrique (2 fois par semaine). Matin et soir : **2 comprimés d'hyposulfite de magnésium** (EMGE LUMIERE).

● **RHUMATISMES** (le mot signifie « fluxion »). — **C'est une réaction inflammatoire.** Le rhumatisme articulaire frappe les articulations (arthrite et arthrose).

Il y a des **maladies rhumatismales,** qui ne sont pas articulaires : néphrite, névrite, lésion cardiaque, pleurésie, céphalées, sporiasis, eczéma sec (tous les troubles des **neuro-arthritiques,** avec saturation en cristaux).

1) **Rhumatisme articulaire aigu** (de Bouillaud) ou **R.A.A.** Frappe les jeunes, avec atteinte des grosses articulations, et du **cœur** (péricardites ou lésions des valves avec rétrécissement mitral). Coïncide souvent avec **angine à streptocoques.**

2) **Rhumatisme aigu infectieux.** Rhumatisme articulaire à la suite de **scariatine,** de **blennoragie,** de **dysenterie amibienne.**

3) **Polyarthrite chronique évolutive** (P.C.E.). Affection de la quarantaine. Poussées successives atteignant toutes les articulations, jusqu'à leur dislocation. Traitement aux corticoïdes (cause inconnue).

4) **Spondylo arthrite ankylosante.** Ankylose progressive de la colonne vertébrale, du cou, et parfois de la hanche. Cause inconnue ; aucun remède pour les officiels.

5) **Rhumatisme chronique dégénératif (R.C.D.). Arthroses.**

Soins naturels : bains chauds de **38° à 42°,** progressifs en température et durée (bains **térébenthinés** ou à la **soude caustique**) 2 fois par jour. Jeûne hydrique à **l'hydroxydase** (1 ou 2 jours par semaine). Gymnastique douce. **Régime :** légumes aqueux cuits à l'étouffée, monodiète aux fruits juteux, très peu de fromage blanc (50 grs par jour). **Pollen** (1 c. à soupe par jour + huile de flétan).

● **RHUME DES FOINS** (pollinose). — **C'est une allergie (pour nous un trouble réactionnel d'alarme, et non une maladie).** On parle de sensibilisation au **pollen des fleurs,** au poil des **chats,** aux poussières, etc. La muqueuse nasale coule abondamment (rhinorrée).

Traitement officiel : après **tests, antihistamines** et **cortisone,** on essaie de désensibiliser le sujet (vaccination avec l'agent jugé responsable).

Soins naturels : ils sont infaillibles et relèvent de notre conception générale de la maladie. Il n'y a pas agression, mais saturation métabolique des humeurs. L'agent extérieur n'est que **le facteur occasionnel.**

Quelques jours de **jeûne sec** (2 à 3), laxatif hépato-intestinal, puis reprise alimentaire hypotoxique. La cure, bien dirigée, réussit toujours ; et le sujet, mis en présence de l'agent jugé responsable, ne risque plus rien.

● **ROUGEOLE.** — **Maladie infantile, à forme contagieuse.** Incubation : 2 semaines ; puis éruption cutanée (taches rouges, qui desquament après quelques jours). Convalescence courte, maladie sans gravité. Complication, parfois : **otite,** ou troubles pulmonaires. On a signalé des cas d'encéphalite. Pas de traitement officiel. Les « gamma-globulines » sont illusoires.

Soins naturels : monodiète aux fruits juteux (ou légumes verts à l'étouffée). Faire monter la **fièvre,** la **dominer** ; puis dès qu'elle cesse, maintenir les bains **chauds** (camphrés).

● **RUBEOLE.** — **Maladie à virus. Ce virus est susceptible de déterminer des malformations fœtales** (femme enceinte entre la 6e et la 8e semaine). Incubation : légère fièvre et coryza. Eruption semblable à la **rougeole** sur le corps, et à la **scarlatine** aux plis de flexion. Apparition de ganglions. L'affection guérit en quelques jours.

La femme enceinte ne risque plus rien après le troisième mois. Les « gamma-globulines » peuvent protéger la femme en cas d'épidémie.

Soins naturels : comme pour la rougeole.

● **SALMONELLOSES** (germes pathogènes pour l'homme). — Diarrhée importante et guérison spontanée, rapide. Infection par un aliment avarié (conserves).

Cependant, il y a des **salmonelloses** dues à des **virus,** déterminant **la fièvre typhoïde** (bacille d'Eberth). Dans ce cas, méthode allopathique d'urgence.

● **SALPINGITE. — Infection des trompes utérines par un germe venu du vagin et de l'utérus, ou de l'intestin (lymphe), ou du sang.**

La salpingite est toujours bilatérale et entraîne la stérilité. On distingue la **salpingite aiguë** (suite de fausse-couche ou de blennoragie) ; la **salpingite chronique** (poussées de suppuration, pouvant aboutir à des abcès de la trompe et des ovaires) ; et la **salpingite tuberculeuse.**

Traitements officiels : glace et antibiotiques. Ablation chirurgicale si besoin.

Soins naturels : ils se justifient après les mesures d'urgence.

● **SARCOMES. — Les sarcomes sont des tumeurs malignes qui se développent à partir des tissus conjonctifs et essaiment par voie sanguine.** Les **épithéliomes** se développent sur les muqueuses et suivent la voie lymphatique.

On distingue les **sarcomes fibro-plastiques,** en **myosarcomes** (muscles), en **lymphosarcomes** (ganglions, rate), en **myélosarcomes** (os) et **réticulo-sarcomes** (moelle). Les plus redoutables sont ceux des os longs des membres (ostéosarcomes).

Traitements officiels : radiothérapie, antimitatique et chirurgie.

● **SCARLATINE. — Maladie infectieuse et contagieuse** (streptocoque hémolytique). Contagion : rhino-pharyngite, angine. Incubation de 7 jours, début classique : frisson, fièvre 40°, vomissements, ganglions douloureux ; éruption cutanée à **plaques** (jamais au menton, ni aux ailes du nez). Puis, 6e jour, desquamation. Isolement de 40 jours (sans raison, parce que les squames ne sont pas contagieuses). Complications : otite et **atteinte rénale.**

Traitements officiels : antibiotiques et sérum de convalescent.

Soins naturels : ceux habituellement conseillés pour les maladies éruptives.

● **SCHIZOPHRENIE. — Maladie où le sujet est coupé du réel.** L'intelligence reste lucide (mais mutisme, monologue, nouveau langage, syntaxe personnelle). Emotivité violente ou nulle, inertie. Tendance à l'isolement (autisme). Le malade ne s'intéresse plus qu'à lui. On distingue : l'**hébéphrénie,** la **cacatonie** et la **psychose paranoïde** (démence précoce, troubles de motricité et forme délirante et hallucinations).

Traitements officiels : amines psychotoniques, neuroleptiques, mescaline, haschisch, etc., électrochocs et coma insulinique. Les formes restent le plus souvent résistantes aux thérapeutiques.

Soins naturels : en dehors des situations dangereuses, les bains alternés (froids et chauds), l'exercice au grand air (avec fatigue généralisée), occupations manuelles et régime hypotoxique sont les grandes indications. Malheureusement, les malades traités officiellement échappent à ce genre de soins.

● **SCIATIQUE. — Douleur intense du nerf de la cuisse (avec ankylose et atrophie musculaire).**

Causes : rhumatisme du nerf (névrite) ; ou pincement de la racine du nerf à la sortie de la colonne vertébrale (subluxation de la 4e et 5e lombaires, et du sacrum, et hernie discale).

Traitements officiels : analgésiques, tractions mécaniques, ondes courtes et rayons X.

Soins naturels : régime anti-rhumatisme, tisane diurétique en boisson, bains chauds, gymnastique et manipulation.

● **SOMMEIL ET INSOMNIE.**

1) **L'insomnie** est le trouble nocturne qui fait qu'on ne **dort pas, qu'on dort mal** (rêves), que le sommeil est **coupé de réveil,** ou **qu'on s'endort difficilement.**

D'une façon générale, les somnifères sont **déconseillés** (ils sont, tous, toxiques et aggravent la situation).

Deux règles sont à observer contre l'insomnie : la première est de faire un **repas léger, le soir** (par exemple : potage et fruits) ; la seconde est de **prendre au moins une heure par jour** d'exercices de plein air (marche active, vélo, ou culture physique athlétique).

N.B. — Si besoin, réformer secondairement l'alimentation suivant nos principes : et prendre le soir (avant le lit) soit un **bain chaud,** soit un bain de **sudation** en caisse. Dans l'eau chaude, mettre quelques gouttes **d'essence de pin** (frictionner le corps avec la même essence après la sudation).

2) **La cure de sommeil.** — Excellente méthode psychosomatique, mettant en repos le **cortex** et permettant au système **diencéphalo-sympatique** de fonctionner correctement. Malheureusement, les doses quotidiennes **d'hypnotiques** (médicaments) sont dangereuses. Mieux vaut jeûner une **dizaine de jours** (ou faire une monodiète au **jus de carottes**) et se reposer loin de tout bruit et excitation externe. Traitement rapide des **ulcères d'estomac, hypertension artérielle, artérite, diabète,** etc.

N.B. — Après amélioration, répéter la cure des **10 jours,** chaque trimestre, jusqu'à normalisation.

Veiller aux éliminations intestinales, et à la ventilation pulmonaire.

● **TOXICOSE.** — **Etat d'infection (toxines microbiennes) sur un terrain humoralement surchargé** (abus de sucre, de farine et de lait) **chez les nourrissons et les jeunes enfants.**

L'infection a son point de départ dans **l'intestin** (antérocolite aiguë), puis atteint la **gorge,** le **nez,** les **oreilles** (rhino-pharyngite, otite) et se généralise très vite (atteintes des centres nerveux et abattement).

Les mécanismes d'auto-défense sont les **vomissements** et les **diarrhées,** Il est impossible de nourrir l'enfant, d'où risque de **déshydratation.**

Officiellement, on lutte contre **l'infection** par des **antibiotiques,** contre la **déshydratation** par des sérums salés ou sucrés en **perfusion,** et contre l'abattement et les risques de collapsus par des **corticoïdes.**

Cet état ne relève pas de nos méthodes, puisqu'il s'agit d'une maladie aiguë (urgence).

Cependant, lorsque le **nez coule,** que les **oreilles sont douloureuses,** que les selles deviennent vertes (choléra infantile), mettre l'enfant au **jus de carottes cuites** pendant 2 à 3 jours, et lui donner deux **bains chauds** à 39° par jour. Faire fondre 1 pierre de **camphre** dans l'eau du bain.

Ensuite, revenir à une alimentation plus légère (V. notre livret sur les nourrissons).

● **ULCERE de la jambe** (variqueux). — **Le traitement officiel est à base de pansements humides avec du sérum artificiel, puis des pommades sèches au carbonate de fer et poudre d'aluminium.**

Les soins naturels sont axés sur la **vidange intestinale** (laxatifs et douches rectales), le **régime hypotoxique** (riz, légumes verts, fruits et fromage blanc) et les soins **locaux** (irrigation très chaude à **39°** pour nettoyer, savonnage au savon acide, et cataplasme **de miel** pur, avec gaz et bandage non serré. **Faire les soins locaux matin et soir.**

● **ULCERE d'estomac** (ou du duodénum).

Soins naturels : jeûne hydrique (à l'hydroxydase — voir en magasin de régime) pendant **8 jours.** Ensuite, reprise alimentaire avec bouillon de légumes verts **non salé,** de légumes verts bouillis et de fruits cuits **non sucrés.** Rien d'autre pendant **8 jours.** Enfin, régime hypotoxique suivant nos idées (V. Menus et Recettes). Localement, **massages doux** de la zone lésionnée avec vaseline coupée par moitié **d'essence de menthe** (3 fois par jour, pendant 10 minutes en position gynécologique). Boire matin et soir quelques gouttes de la même essence (3 à 4 grs pour un verre d'eau d'hydroxydase).

En cas de douleur, au début, avaler 1 c. à soupe de **jus de pomme de terre crue.**

● **URTICAIRE** (de urtica : ortie). — **Eruption cutanée d'enflures prurigineuses, qui apparaît après ingestion de certaines substances (aliments, médicaments).**

Ces substances sont dites « allergiques » et toute une médecine **d'enquête policière** s'est développée sur ce principe (la recherche de l'allergène), avec prise **d'antihistamines** de synthèse, et désensibilisation progressive (par ingestion de faibles doses de la substance jugée responsable).

Soins naturels : très éloignés des pratiques officielles. **Monodiète un jour sur deux** (1 jour de légumes verts bouillis, 1 jour de liberté sans abus et répéter) ; puis **réforme alimentaire** suivant nos principes ; **aloès et boldo** par la bouche, en poudre et mélangés moitié par moitié, et dosage suivant l'individu ; **lotion syntholée** contre le prurit ; **culture physique** aux poids légers, amenant la **sudation,** et douche tiède (3 fois par semaine).

● **UREMIE. — Augmentation anormale de l'urée dans le sang.** L'urée est un résidu normal de la dégradation des tissus vivants et des **aliments protéinés** (viandes, poissons, fromages, légumineuses, œufs). Le taux normal de l'urée dans le sang est de **0,25 g** au litre. On tolère **0,30 g,** et parfois **0,40 g.** Mais au-delà, accidents nerveux et mort possible.

N.B. — Le régime hypotoxique et le jeûne hydrique (aux tisanes diurétiques non sucrées) restent les seuls moyens intelligents de lutter contre **l'urémie.**

● **VESICULE** (calculs de la...). — Si les calculs ne sont pas trop gros (boues, petits cailloux. ou noyaux de cerises), ils peuvent être évacués. Voici la méthode :

1) Pendant 8 jours, monodiète sévère à base de **légumes verts bouillis** et de **fruits juteux.**

2) Puis cure d'expulsion sur deux jours. Prendre en se couchant **un verre (10 cl) d'huile d'olive,** parfumée aux aromates (fenouil, etc.) ; au réveil, avaler **2 verres à liqueur d'huile de ricin,** accompagnés d'un bouillon de légumes verts (non salé) ; mettre bouillotte chaude sur le foie, et **garder le lit.** Des selles importantes vont se produire toute la journée (ne prendre que du bouillon). Le lendemain, **légumes verts bouillis.**

N.B. — On peut faire sur un siège hygiénique, laver les matières fécales, et **récupérer les calculs.**

● **VITAMINES** (Avitaminoses). — L'avitaminose représente les accidents organiques survenant par carence en vitamines A, B, C, D, etc. Ces phénomènes sont indiscutables ; mais la thérapeutique qui consiste à donner des **vitamines de synthèse** (vitaminothérapie), conduit à d'autres accidents, dit d'**hypervitaminose.**

N.B. — La bonne méthode consiste à manger un **bon tiers d'aliments crus** (légumes verts et fruits) dans la ration quotidienne ; à vivre au **soleil,** aussi souvent que possible ; à frictionner la **peau** au **gant de crin** ; à s'exercer au **grand air** ; et à faire des cures hivernales de **pollen** (1 c. à café de pollen en pelote par jour).

● **VACCINS** (accidents par les...). — Réactions locales ou générales. **Douleurs, rougeurs** et **tuméfactions** au point d'innoculation. **Ganglions enflés.** Fièvre à **39°** ; céphalée, malaise ; courbature. Puis, plus graves, fièvre plus élevée et syncope. On observe, encore, des accidents **rénaux** (albuminurie, hématurie, urémie), **pulmonaires** (tuberculose), **cutanés** (eczéma), et **nerveux** (désordres mentaux).

Contre-indications : état de fatigue, angine, diphtérie, rougeole, scarlatine, tuberculose, asthme, pleurésie et bronchites chroniques, lésions cardiaques, affection du foie, insuffisance rénale et hypotension artérielle.

N.B. — Les essences aromatiques et les aromates sont les moyens naturels de se protéger d'une infection toujours possible sur terrain « surchargé » et maladroitement entretenu en saturation (colles, cristaux).

● **VARICES. — Dilatation des veines des membres inférieurs** (circulation de retour). **Hémorroïdes** (dilatation de veinules de la veine porte), qui encombrent l'ampoule rectale ou saillent à l'anus.

Officiellement, les varices des jambes ou de l'anus sont « sclérosées » ou **enlevées** chirurgicalement. Rien n'est fait pour améliorer la circulation défaillante.

Soins naturels : avant toute « sclérose » ou « ablation », nettoyer l'intestin par un régime de **fruits, légumes verts et fromages** (3 mois) ; et affusions très chaudes (45°) sur la zone malade, avec douche téléphone (5 à 10 minutes, matin et soir). Adjoindre : **douche rectale** (petit lavement matin et soir), **plantes laxatives** si besoin, et bouillotte chaude sur le foie en se couchant.

N.B. — Après cette cure, l'amélioration est telle qu'on n'envisage plus ni la « sclérose », ni l'ablation.

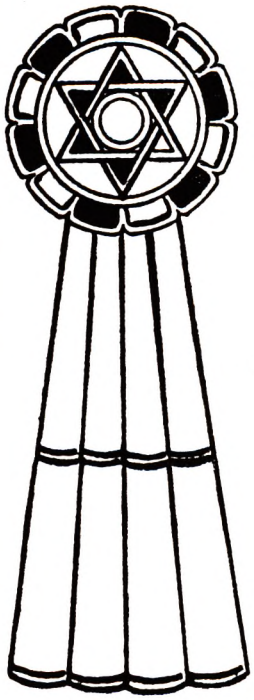
N.B. — Pour compléter les informations en ce qui concerne les **soins naturels (locaux** et **généraux),** lire nos « petits livrets », plus détaillés, qui traitent chaque maladie ou groupe de maladies **d'une manière isolée.**

Se rappeler que toute **inflammation** d'une muqueuse ou d'un tissu est une manifestation normale de l'auto-défense ; et que l'apparition d'un virus ou d'un microbe est **secondaire.**

● En vérité, il y a très peu de **maladies authentiques** (lésionnelles et irréversibles). Le plus souvent, on a affaire à des **troubles d'alarme** (différentes allergies) et des **troubles d'auto-défense réactionnels. 80 %** des maladies n'en sont pas. Nos conseils et les pratiques de notre méthode sont, surtout, destinés à ces « pseudo-maladies ». En respectant la **Force Vitale,** auto-régulatrice et auto-guérisseuse, et en suivant les **processus curatifs** qu'elle emploie, on peut dire que le rétablissement à cent pour cent est assuré pour tous les « pseudo-malades » qui encombrent nos hôpitaux, et délabrent nos finances en même temps que leurs ressources vitales. **Quand, donc, les hommes qui sont au pouvoir comprendront-ils l'intérêt d'une « politique nouvelle de la santé » conforme aux impératifs biologiques qui nous commandent.**

Médecins, qui voulez-vous soigner vraiment, assez de regarder dans vos microscopes, et voyez tout autour de vous comment se manifeste la vie et quelles sont ses lois. Tout est inscrit dans le grand livre de la nature.

P. M.



- Voulez-vous comprendre les **Grands Problèmes** devant lesquels la Science reste muette ? Qu'est-ce que la **matière**, la **Vie**, la **Pensée**, l'**Esprit** ?
  D'où venons-nous, que sommes-nous, quelle est notre fonction sur terre, **où allons-nous ?** Qui nous a créés ? **Dieu, existe-t-il** Sommes-nous le résultat, seulement, de **forces matérielles, aveugles ?** Qu'est-ce que la conscience **morale ?** Quelle est la nature de l'âme ? Faut-il croire à la **Réincarnation ?** Raisons des maladies, de la misère et de la violence humaines. Y-a-t-il eu **des civilisations antédiluviennes ?** Sommes-nous, seuls, dans l'univers ? Que sont les « extra-terrestres » ? etc. Voilà quelques-uns des problèmes, parmi des centaines, traités dans cette **Encyclopédie.**
- Vous connaîtrez toutes les réponses données à ces problèmes. Vous récolterez le travail d'une **vaste synthèse portant** sur plus de **50 ans** de recherches.
  Source prodigieuse de renseignements, clairs et faciles à consulter (sur des **fiches cartonnées,** envoyées périodiquement, et **à classer** dans albums). Des milliers de livres « résumés » économiseront votre **argent** et votre **temps.** Tout le **Savoir « connu »,** tenu à jour, y est condensé ; tout le « **caché** » vous sera dévoilé ; tout l' « **inconnu** » **révélé,** au-delà des limites étroites du **scientisme.**
  Vous plongerez dans cet immense océan de la **Connaissance** où rien n'a été omis ou tenu dans l'ombre. Vous confronterez **le chimérique au Rationnel** pour découvrir vous-mêmes la **Vérité.** Pour accéder à ce savoir il vous suffit de devenir **membres** de

La Table d'Emeraude

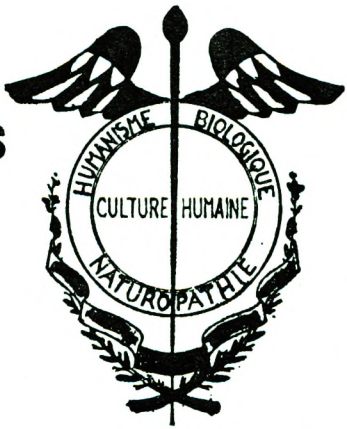
(Association **culturelle, initiatique** et **chevaleresque,** régie par la loi de 1901 qui édite l'**Encyclopédie Permanente des Siences humaines,** sous la direction du biologiste **P.V. MARCHESSEAU).**

- Par nos études, vous développerez votre **Personnalité ;** vous vous éléverez, dignement, dans la **hiérarchie sociale** : vous prendrez **conscience** de vous-même ; vous acquérerez une plus large « autonomie » ; vous vous libérerez des **chaines de l'opinion ;** vous réfléchirez par **vous-même ;** vous deviendrez un « homme » au sens exact du mot. Un « Sage », un « Initié », suivant la **Tradition,** et vivant le corps, la raison le cœur en paix, loin de toutes les **erreurs, terreurs** et **haines** de ce monde. En devenant un « **Chevalier de la Table d'Emeraude** », vous vivrez en **JUSTE,** connaissant exactement **l'Ordre du Monde,** et la place que chacun **doit occuper dans cette immense machine cosmique** qu'est **l'Univers.**

Documentation contre 4 timbres : P.V. MARCHESSEAU (Table d'Emeraude)
COURCOME — 16240 VILLEFAGNAN

ENSEIGNEMENT PRIVE
A DISTANCE AVEC STAGES

Profession Nouvelle
et
Situation Sérieuse



Devenez Professeur de Santé

(ou hygiéniste-naturopathe ou « conseiller en hygiène vitale »)
en suivant les cours de

INSTITUT D'HYGIÈNE NATURELLE

(Ecole inscrite au Rectorat de Paris et agréée par la F.F.N.)

Enseignement intégral de l'**hygiène vitale** (naturopathie orthodoxe), suivant la synthèse qu'en a faite **P.V. Marchesseau**, dans le contexte de la philosophie de l'**Humanisme biologique** (dont il a formulé les principes dès **1935**). Réformes de vie en fonction de **sept** tempéraments. Etude des **dix** techniques (ou agents naturels) et de **trois** cures fondamentales (hiérarchisation des moyens).

Durée des études : **de 3 à 5 ans** (par correspondance avec **stage obligatoires**). Possibilités d'études supérieures et de **D.N.**, **auprès des Universités étrangères, affiliées** (Anthony University, Institut du Québec, Hippocrates Institute, Bernaden University, Southern University, etc., où le biologiste **P.V. Marchesseau** appartient au corps enseignant. (Préparations de thèse sur les deux années suivantes.)

Renseignements : A. Rousseaux (26, rue d'Enghien, 75010 Paris). **Tél. : 770-06-81.** Permanence de **14 heures à 19 heures** (jeudi et vendredi) et de **13 heures à 16 heures** (samedi). **Brochure école** contre 4 timbres à **140** F.

Prière de téléphoner avant tout déplacement.

Imp. Luso-Française, Paris, 208.47.28

Dépôt légal - 3e trimestre 1982